
叶兴阳
双语音标有声读物
叶兴阳
注音阅读英语教育之父
双语音标阅读创始人
English
注音阅读英语教育之父

叶兴阳双语音标有声读物

双语对照 · 音标注音 · 有声同步

编者： *叶兴阳*

内容来源： *公共领域英文原著*

适用对象： *英语学习者、教师、研究者*

版本日期： *2025 年*

目录

共 3 个章节

1. 厨房百科全书(the Kitchen Encyclopedia) 000001

2. 厨房百科全书(the Kitchen Encyclopedia) 000002

3. 厨房百科全书(the Kitchen Encyclopedia) 000003

使用说明

- 本目录为大字打印优化版本，正文字号 18pt，适合纸质阅读
- 电子版请访问对应 HTML 文件，支持语音播放功能
- 建议双面打印，左侧留白已优化，便于装订
- 章节标题已按字母顺序排列，便于快速查找

[iː] - [tekst] [prɪ'peəd] [baɪ][tɔː(r)]['mɑːtɪn] ['krɪstiənsən] , [fɒks][ɪn][ðə; ði] [stɑːz] , [es] . [diː] . ,
E - text prepared by Tor Martin Kristiansen , Fox in the Stars , S . D . ,
E - 文本 准备 经过 托尔 马丁 克里斯蒂安森 , 狐狸 在 这 星星 , S . D . ,

电子文本由福克斯星空传媒的托尔·马丁·克里斯蒂安森（Tor Martin Kristiansen）撰写，南达科他州

[ænd; ənd][ðə; ði]['prɒdʒekt; prə'dʒekt]['guːt(ə)nˌbɜːg][ˌɒn'laɪn][dɪ'strɪbjuːtɪd; 'dɪstrɪbjuːtɪd] ['pruːfriːdɪŋ] [tiːm]
and the Project Gutenberg Online Distributed Proofreading Team
和 这 项目 古腾堡 在线的 分布式 校对 团队

以及古腾堡计划在线分布式校对团队

([ˌeɪtʃ tiː tiː 'piː] : / / [ˌdʌbljuː dʌbljuː 'dʌbljuː] . . [net])
(http : / / www . pgdp . net)
(http : / / 万维网 . 国内生产总值 . 网)

(http://www.pgdp.net)

[ðə; ði] ['kɪtʃɪn]
The Kitchen
这 厨房

厨房

[ɪnˌsaɪklə'piːdiə]
Encyclopedia
百科全书

百科全书

[juː; jʊ] [wɪl] [faɪnd] ['meni] ['helpf(ə)l]
You will find many helpful
你 将要 寻找 许多 有帮助

你会发现很多有用的信息。

[sə'dʒestʃənz] [ɪn] [ðɪs] [bʊk] ; [ɔːl]
suggestions in this book ; all
建议 在 这 书 ; 全部

本书中的所有建议

[ɒv; əv][ðem; ðəm][ɑː(r); ə(r)] [traɪd] [ænd; ənd] ['præktɪkl]
of them are tried and practical
的 他们 是 尝试 和 实际的

它们都经过了实践检验，切实可行。

[twelfθ] [ɪ'dɪʃ(ə)n]
Twelfth Edition
第十二 版

第十二版

[swɪft] & ['kʌmpəni] , [juː] . [es] . [ə; eɪ] .
Swift & Company , U . S . A .
迅速 & 公司 , U . S . 一个 .

美国斯威夫特公司

['kɒpiraɪt] , - , [baɪ] [swɪft] & ['kʌmpəni]
Copyright , 1911 , by Swift & Company
版权 , - , 经过 迅速 & 公司

版权所有，1911年，Swift & Company

[ki:p] [ðɪs] [bʊk] [ɪn][jɔ:(r); jə(r)] ['kɪtʃɪn] [fɔ:(r); fə(r)] ['redi] ['refrəns]
Keep this book in your kitchen for ready reference
保持 这 书 在 你的 厨房 为了 准备好 参考

请将本书放在厨房，以便随时查阅。

[[peɪdʒ] [tu:]]
[Page Two]
[页 二]

[第二页]

[ðə; ði] [tru:θ] [ə'baʊt] [ˌəʊlɪəʊˌmɑ:dʒə'ri:n]
The Truth about Oleomargarine
这 真相 关于 人造黄油

关于人造黄油的真相

[swɪfts] ['pri:miəm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑ:dʒə'ri:n][ɪz][ə; eɪ] [swi:t] , [pjʊə(r)] , [kli:n] , [fu:d] ['prɒdʌkt] [meɪd] [frɒm; frəm]
Swift's Premium Oleomargarine is a sweet , pure , clean , food product made from
斯威夫特的 优质的 人造黄油 是 一个 甜的 , 纯的 , 干净的 , 食物 产品 制成 从
[rɪtʃ] [kri:m] [ænd; ənd]['edəb(ə)l][fæts] .
rich cream and edible fats .
富有的 奶油 和 食用 脂肪 .

Swift's Premium Oleomargarine 是一种香甜、纯正、干净的食品，由浓郁的奶油和食用脂肪制成。

[ˌaɪ 'ti:] [kən'teɪnz] ['evri] ['elɪmənt] [ɒv; əv][nju'trɪʃ(ə)n] [faʊnd] [ɪn][ðə; ði] [best] ['kri:məri] ['bʌtə(r)] .
It contains every element of nutrition found in the best creamery butter .
它 包含 每一个 元素 的 营养 成立 在 这 最好的 乳品厂 黄油 .

它包含了最优质奶油黄油中的所有营养成分。

[ðə; ði]['prəʊses][ɒv; əv][ˌmænju'fæktʃə(r)][ɪz] ['prɪmətɪv] [ɪn][ɪts] [sɪm'plɪsəti] , [bʌt; bət]['mɒd(ə)n][ɪn][ɪts]
The process of manufacture is primitive in its simplicity , but modern in its
这 过程 的 生产 是 原始 在 它是 简单 , 但 现代的 在 它是
['klenlinəs] [ænd; ənd] ['pjʊərəti] .
cleanliness and purity .
清洁 和 纯度 .

制造过程虽然简单原始，但其清洁和纯净程度却很现代。

[ðə; ði]['bʌtə(r)][fæt][ɪn] [swɪfts] ['pri:miəm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑ:dʒə'ri:n][ɪz] [ˌmaɪkrə'skɒpɪkli] [ænd; ənd] ['kemɪkli]
The butter fat in Swift's Premium Oleomargarine is microscopically and chemically
这 黄油 胖的 在 斯威夫特的 优质的 人造黄油 是 显微镜下 和 化学
[ðə; ði] [seɪm] [æz; əz][ɪn][ðə; ði] [best] ['bʌtə(r)] ;
the same as in the best butter ;
这 相同的 作为 在 这 最好的 黄油 ;

Swift's Premium Oleomargarine 中的乳脂在微观和化学成分上与最好的黄油相同；

[ðə; ði]['əʊnli] ['dɪfrəns] [ɪz][ɪn][ðə; ði] [wei] [ˌaɪ 'ti:][ɪz] [sɪ'kjʊəd] [frɒm; frəm][ðə; ði] [kaʊ] .
the only difference is in the way it is secured from the cow .
这 仅有的 不同之处 是 在 这 方式 它 是 安全 从 这 奶牛 .

唯一的区别在于它从牛身上固定下来的方式。

['bʌtə(r)][fæt][ɪn]['bʌtə(r)][ɪz][ɔ:l] [əb'teɪnd] [baɪ] ['tʃɜ:nɪŋ] .
Butter fat in butter is all obtained by churning .
黄油 胖的 在 黄油 是 全部 获得 经过 搅拌 .

黄油中的脂肪全部是通过搅拌获得的。

[ɪn] [swɪfts] ['pri:miəm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑ:dʒə'ri:n][frɒm; frəm] ⅓ [tu:; tə] ½ [ɪz] [əb'teɪnd] [ɪn] [ðæt] [wei] ,
In Swift's Premium Oleomargarine from ⅓ to ½ is obtained in that way ,
在 斯威夫特的 优质的 人造黄油 从 ⅓ 到 ½ 是 获得 在 那 方式 ,

用这种方法可以获得 Swift's Premium Oleomargarine 中 ⅓ 到 ½ 的比例。

[ðə; ði][rɪ'meɪndə(r)][ɪz] [prest] [frɒm; frəm][ðə; ði] ['tʃɔɪsɪst] [fæt][ɒv; əv] ['gʌvənmənt] [ɪn'spektɪd] ['ænɪmlz] .
the remainder is pressed from the choicest fat of Government inspected animals .
这 余 是 按下 从 这 精选 胖的 的 政府 检查 动物 .

其余部分则取自政府检验合格的动物的上等脂肪。

[ðɪs] [prest] [fæt][ɪz] [kɔːld] " ['əʊlɪəʊ] " [hens] [ðə; ði] [neɪm] " [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn] .
This pressed fat is called " Oleo " hence the name " Oleomargarine .
这 按下 胖的 是 称为 " 油 " 因此 这 姓名 " 人造黄油 .

这种压制的脂肪被称为“Oleo”，因此得名“人造黄油”。

" [rɪtʃ] [kriːm] , ['fænsi] ['kriːməri] ['bʌtə(r)] , - ['əʊlɪəʊ] - - ['njuːtrəl] ,
" Rich cream , fancy creamery butter , ' oleo ' ' neutral ,
" 富有的 奶油 , 想要 乳品厂 黄油 , - 油 - - 中性的 ,

“浓郁的奶油，高级奶油厂的黄油，‘人造黄油”中性’，

- ['vedʒtəb(ə)l] [ɔɪl] [ænd; ənd] ['deəri] [sɔːlt] [ɑː(r); ə(r)] [ðə; ði] ['əʊnli] [ɪn'griːdiənts] [ɒv; əv] ['priːmiəm]
' vegetable oil and dairy salt are the only ingredients of Premium
- 蔬菜 油 和 奶制品 盐 是 这 仅有的 原料 的 优质的
[ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn] .
Oleomargarine .
人造黄油 .

优质人造黄油仅由植物油和乳盐制成。

- ['njuːtrəl] - [ɪz] [prest] [frɒm; frəm] [liːf] [fæt] .
' Neutral ' is pressed from leaf fat .
- 中性的 - 是 按下 从 叶子 胖的 .

“中性”是从叶片脂肪中压榨出来的。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['əʊdələs] [ænd; ənd] ['teɪstləs] .
It is odorless and tasteless .
它 是 无味 和 无味 .

它无色无味。

[ðeə(r)] [ɪz][nəʊ] ['kʌlərɪŋ] ['mætə(r)] ['ædɪd] [tuː; tə] ['priːmiəm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn] , [jet] [ˌaɪ 'tiː][ɪz][ə; eɪ]
There is no coloring matter added to Premium Oleomargarine , yet it is a
那里 是 不 染色 事情 额外 到 优质的 人造黄油 , 然而 它 是 一个
['temptɪŋ] [rɪtʃ] [kriːm] ['kʌlə(r)] .
tempting rich cream color .
诱人的 富有的 奶油 颜色 .

优质人造黄油不添加任何色素，却呈现出诱人的浓郁奶油色。

[iːtʃ] [wiːk] [deɪ] ['djʊərɪŋ] [ðə; ði] [jɪə(r)] - [ðeə(r)] [hæz; həz] [biːn] [æn; ən] ['ævərɪdʒ] [ɒv; əv] [mɔː(r)]
Each week day during the year 1911 there has been an average of more
每个 星期 天 期间 这 年 - 那里 有 到过 一个 平均的 的 更多的
[ðæn; ðən] - ['vɪzɪtəz] [θruː] ['aʊə(r)] [ʃɪ'kɑːgəʊ] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn] ['fæktri; 'fæktəri] .
than 400 visitors through our Chicago Oleomargarine Factory .
比 - 访客 通过 我们的 芝加哥 人造黄油 工厂 .

1911 年的每个工作日，我们芝加哥人造黄油工厂平均每天接待超过 400 名参观者。

[ɪn] [ə'dɪʃ(ə)n] [tuː; tə] [ðɪs] ['deɪli] [ɪn'spekʃ(ə)n] [baɪ] [ðə; ði] ['vɪzɪtɪŋ] ['pʌblɪk] ['aʊə(r)] ['fæktriz] [ɑː(r); ə(r)] [ɪn]
In addition to this daily inspection by the visiting public our factories are in
在 添加 到 这 日常的 检查 经过 这 访问 民众 我们的 工厂 是 在
[kəm'pliːt] [tʃɑːdʒ] [ɒv; əv] ['gʌvənmənt] [ɪn'spektər] .
complete charge of Government Inspectors .
完全的 收费 的 政府 检查员 .

除了公众每日的检查外，我们的工厂还完全由政府检查员监管。

[ðiːz] [men] [test] [ðə; ði] ['kwɒləti] [ænd; ənd] ['kærəktə(r)] [ɒv; əv] [mə'tɪəriəlz] ,
These men test the quality and character of materials ,
这些 男人 测试 这 质量 和 特点 的 材料 ,

这些人负责检验材料的质量和特性。

[ðeɪ] [siː] [ðæt] [ðə; ði] ['kɒntents] [ɒv; əv] ['evri] [tɪəs] [ɒv; əv] - ['əʊlɪəʊ] - [ænd; ənd] - ['njuːtrəl] - [rɪ'siːvd]
they see that the contents of every tierce of ' oleo ' and ' neutral ' received
他们 看 那 这 内容 的 每一个 三 的 - 油 - 和 - 中性的 - 已收到
[frɒm; frəm] [ðə; ði] [rɪ'faɪnəri] [ɪz] [frɒm; frəm] ['ænɪmlz] [ðæt] [hæv; həv] [pɑːst] [ðə; ði] ['rɪdʒɪd] ['gʌvənmənt]
from the Refinery is from animals that have passed the rigid Government
从 这 炼油厂 是 从 动物 那 有 通过了 这 死板的 政府
[ɪn'spekʃ(ə)n] .
inspection .
检查 .

他们发现，从炼油厂收到的每一份"油脂"和"中性"产品，其成分都来自经过政府严格检验的动物。

[ðeɪ] [siː] [ðæt] ['evriθɪŋ] [ə'baʊt] [ðə; ði] ['fæktriz] [ɪz] [kept] ['æbsəluːtli] [kliːn] [ænd; ənd] ['sænət(ə)ri] .
They see that everything about the factories is kept absolutely clean and sanitary .
他们 看 那 一切 关于 这 工厂 是 保留 绝对地 干净的 和 卫生 .

他们看到工厂的各个方面都保持着绝对的清洁卫生。

[riːd] [wɒt] [ə; eɪ] ['gʌvənmənt] ['ekspɜːt] [sed] [ə'baʊt] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn] :
Read what a Government expert said about Oleomargarine :
读 什么 一个 政府 专家 说 关于 人造黄油 :

看看一位政府专家对人造黄油的评价：

[ðə; ði] [leɪt] [prɒf] . ['dʌbljuː] . [əʊ] . ['ætˌwɔːtə] , [də'rektə(r); daɪ'rektə(r)] [ɒv; əv] [ðə; ði] [ju'naɪtɪd] [steɪts]
The late Prof . W . O . Atwater , director of the United States
这 晚的 教授 . W . 哦 . 阿特沃特 , 导演 的 这 团结的 各州
['gʌvənmənt] [ˌægrɪ'kʌltʃərəl] [ɪk'sperɪmənt] ['steɪʃ(ə)n] [æt; ət] ['wɒʃɪŋtən] :
Government Agricultural Experiment Station at Washington :
政府 农业 实验 车站 在 华盛顿 :

已故的W.O.阿特沃特教授，曾任美国政府农业试验站（位于华盛顿）主任：

" [ˌaɪ 'tiː] [kən'teɪnz] [ɪ'senʃəli] [ðə; ði] [seɪm] [ɪn'griːdiənts] [æz; əz] ['nætʃ(ə)rəl] ['bʌtə(r)] [frɒm; frəm] ['kaʊz] [mɪlk]
" It contains essentially the same ingredients as natural butter from cow's milk
" 它 包含 本质上 这 相同的 原料 作为 自然的 黄油 从 牛的 牛奶
.
.
.

"它所含的成分与牛奶制成的天然黄油基本相同。"

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] ['pɜːfɪktli] ['həʊlsəm] [ænd; ənd] ['helθi] [ænd; ənd] [hæz; həz] [ə; eɪ] [haɪ] [nju'trɪʃəs] ['væljuː] .
It is perfectly wholesome and healthy and has a high nutritious value .
它 是 完美 健康 和 健康 和 有 一个 高的 营养丰富的 价值 .

它完全健康营养，具有很高的营养价值。

" ['ɔːdə(r)] [ə; eɪ] ['kɑːtn] [ɒv; əv] [swɪfts] ['priːmiəm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn] [tə'deɪ] [tuː; tə] [traɪ] [ˌaɪ 'tiː] .
" Order a carton of Swift's Premium Oleomargarine today to try it .
" 命令 一个 纸盒 的 斯威夫特的 优质的 人造黄油 今天 到 尝试 它 .

"今天就订购一箱 Swift's 高级人造黄油来尝尝吧。"

[juː; jʊ] [wɪl] [faɪnd] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [ə; eɪ] [dɪ'lɪʃəs] ,
You will find that it is a delicious ,
你 将要 寻找 那 它 是 一个 可口的 ,

你会发现它非常美味，

['həʊlsəm] [fuːd] ['prɒdʌkt] [ðæt] [juː; jʊ] [kæn; kən] [juːz] [ɪn] [jɔː(r); jə(r)] [həʊm] [ænd; ənd] [ɪ'fekt] [ə; eɪ] [greɪt]
wholesome food product that you can use in your home and effect a great
健康 食物 产品 那 你 能 使用 在 你的 家 和 影响 一个 伟大的
['seɪvɪŋ] ,
saving ,
保存 ,

这是一款健康食品，您可以在家中使用，并能节省一大笔钱。

[stɪl] [meɪn'teɪnɪŋ] [jɔː(r); jə(r)] ['stændəd] [ɒv; əv] [gʊd] ['lɪvɪŋ] .
still maintaining your standard of good living .
仍然 保持 你的 标准 的 好的 活的 .

依然保持良好的生活水平。

[wiː; wi] [pə'tɪkjələli] [ɪn'vaɪt] [juː; jʊ] [tuː; tə] ['vɪzɪt] ['aʊə(r)] ['fæktriz] [ænd; ənd] [siː] [fɔː(r); fə(r)] [jɔː'self] [ðə; ði]
We particularly invite you to visit our factories and see for yourself the
我们 特别 邀请 你 到 访问 我们的 工厂 和 看 为了 你自己 这
['klenlinəs] [sə'raʊndɪŋ] [ðɪs] ['ɪntrəstɪŋ] ['ɪndəstri] .
cleanliness surrounding this interesting industry .
清洁 周围 这 有趣的 行业 .

我们诚挚邀请您莅临参观我们的工厂，亲眼见证这个充满活力的行业的洁净环境。

[dɪd] [juː; jʊ] [nəʊ] [ðæt] [swɪfts] ['priːmiəm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn] [kən'teɪnz] [ɪ'senʃəli] [ðə; ði] [seɪm]
Did you know that Swift's Premium Oleomargarine contains essentially the same
做过 你 知道 那 斯威夫特的 优质的 人造黄油 包含 本质上 这 相同的
[ɪn'griːdiənts] [æz; əz] ['nætʃ(ə)rəl] ['bʌtə(r)] [frɒm; frəm] [kaʊz] [mɪlk] ?
ingredients as natural butter from cows milk ?
原料 作为 自然的 黄油 从 牛 牛奶 ?

您知道吗？Swift's Premium Oleomargarine 的成分与牛奶制成的天然黄油基本相同。

[[peɪdʒ] [θriː]]
[Page Three]
[页 三]

【第三页】

['resəpɪz]
Recipes
食谱

食谱

[juː; jʊ] [kæn; kən] [meɪk] [ɪg'zæktli] [æz; əz] [gʊd] [keɪks] , [paɪz] , ['kʊkiz] ,
You can make exactly as good cakes , pies , cookies ,
你 能 制作 确切地 作为 好的 蛋糕 , 馅饼 , 曲奇饼 ,

你可以做出同样美味的蛋糕、馅饼和饼干。

[ænd; ənd] ['kændɪz] [baɪ] ['sʌbstɪtjuːtɪŋ] [fɔː(r); fə(r)] [ðə; ði] ['bʌtə(r)] [nemd] [ɪn] [jɔː(r); jə(r)] ['resəpɪz] ¾ [ðə; ði]
and candies by substituting for the butter named in your recipes ¾ the
和 糖果 经过 替换 为了 这 黄油 命名 在 你的 食谱 ¾ 这
['kwɒntəti] [ɒv; əv] [swɪfts] ['priːmiəm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn] .
quantity of Swift's Premium Oleomargarine .
数量 的 斯威夫特的 优质的 人造黄油 .

用 3/4 量的 Swift's Premium Oleomargarine 代替食谱中提到的黄油，即可制作糖果。

[ɒn] [ðɪs] [ænd; ənd] [ðə; ði] ['fɒləʊɪŋ] ['peɪdʒɪz] [ɑː(r); ə(r)] [ə; eɪ] [fjuː] ['resəpɪz] [ɪn] [wɪtʃ] [ðɪs] [ˌsʌbstɪ'tjuːʃ(ə)n]
On this and the following pages are a few recipes in which this substitution
在 这 和 这 下列的 页面 是 一个 很少 食谱 在 哪个 这 替代
[hæz; həz] [biːn] [meɪd] .
has been made .
有 到过 制成 .

本页及后续页面列出了一些采用这种替代方法的食谱。

[traɪ] [ðem; ðəm] .
Try them .
尝试 他们 .

试试吧。

[juː; jʊ] [wɪl] [faɪnd] [ðem; ðəm] [gʊd] [ænd; ənd] [mɔː(r)] [ˌiːkə'nɒmɪk(ə)l] [ðæn; ðən] [wen] [meɪd] [wɪð] ['bʌtə(r)] .
You will find them good and more economical than when made with butter .
你 将要 寻找 他们 好的 和 更多的 经济 比 什么时候 制成 和 黄油 .

你会发现它们味道鲜美，而且比用黄油做的更经济实惠。

[juː; jʊ] [meɪ] [hæv; həv][sʌm; səm] ['feɪvərɪt] ['resəpɪz] [ðæt] [ɑː(r); ə(r)] [tuː] [ɪk'spensɪv] [ɒn] [ə'kaʊnt] [ɒv; əv]
You may have some favorite recipes that are too expensive on account of
你 可能 有 一些 最喜欢的 食谱 那 是 也 昂贵的 在 帐户 的

[ðə; ði] [lɑːdʒ] [ə'maʊnt] [ɒv; əv] ['bʌtə(r)] [rɪ'kwaɪəd] .
the large amount of butter required .
这 大的 数量 的 黄油 必需的 .

你可能有一些很喜欢的食谱，但由于需要大量的黄油，所以成本太高。

[juː; jʊ][kæn; kən] [rɪ'djuːs] [ðeə(r)] [kɒst] [baɪ] ['juːzɪŋ] [swɪfts] ['priːmiəm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn] .
You can reduce their cost by using Swift's Premium Oleomargarine .
你 能 减少 他们的 成本 经过 使用 斯威夫特的 优质的 人造黄油 .

使用 Swift 的高级人造黄油可以降低成本。

[ləʊf] [fɪg] [keɪk]
Loaf Fig Cake
面包 如图 蛋糕

无花果蛋糕

[lait] [pɑːt]
Light Part
光 部分

灯光部分

½ ['kʌpfʊl] [swɪfts] ['priːmiəm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn]
½ cupful Swift's Premium Oleomargarine
½ 一杯 斯威夫特的 优质的 人造黄油

半杯斯威夫特高级人造黄油

½ ['kʌpfʊl] [swiːt] [mɪlk]
½ cupful sweet milk
½ 一杯 甜的 牛奶

半杯甜牛奶

1½ ['tiːspuːn,ful] ['beɪkɪŋ] - ['paʊdə(r)]
1½ teaspoonfuls baking - powder
1½ 茶匙 烘烤 - 粉末

1.5茶匙泡打粉

[wʌn] ['kʌpfʊl] ['ʃʊgə(r)]
1 cupful sugar
1 一杯 糖

杯糖

1½ ['kʌp,ful]['flaʊə(r)]
1½ cupfuls flour
1½ 杯 面粉

1.5 杯面粉

[wʌn] ['tiːspuːnfʊl] [və'nɪlə]
1 teaspoonful vanilla
1 一茶匙 香草

1茶匙香草精

['waɪts] [ɒv; əv][fɔːr] [egz]
Whites of 4 eggs
白人 的 4 鸡蛋

4个鸡蛋的蛋白

[kriːm] [ðə; ði][ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn][ænd; ənd]['ʃʊgə(r)] .
Cream the oleomargarine and sugar .
奶油 这 人造黄油 和 糖 .

将人造黄油和糖搅打均匀。

[ˌeɪ diː ˈdiː][ðə; ði][mɪlk] , [wɪð] [wɪtʃ] [ðə; ði] [vəˈnɪlə] [hæz; həz] [biːn] [mɪkst] .
Add the milk , with which the vanilla has been mixed .
添加 这 牛奶 , 和 哪个 这 香草 有 到过 混合 .

加入已经混合了香草精的牛奶。

[sɪft] [ðə; ði] [ˈbeɪkɪŋ] - [ˈpaʊdə(r)] [wɪð] [ðə; ði][ˈflaʊə(r)][ænd; ənd][ˌeɪ diː ˈdiː][ˈgrædʒuəli] .
Sift the baking - powder with the flour and add gradually .
筛 这 烘烤 - 粉末 和 这 面粉 和 添加 逐步地 .

将泡打粉与面粉一起过筛，然后逐渐加入。

[ˌeɪ diː ˈdiː][ðə; ði] [ˈwaɪts] , [wel] [ˈbiːt(ə)n] , [lɑːst] .
Add the whites , well beaten , last .
添加 这 白人 , 出色地 被打败 , 最后的 .

最后加入打发好的蛋白。

[dɑːk] [pɑːt]
Dark Part
黑暗的 部分

黑暗部分

½ [ˈkʌpfʊl] [swɪfts] [ˈpriːmiəm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒəˈriːn]
½ cupful Swift's Premium Oleomargarine
½ 一杯 斯威夫特的 优质的 人造黄油

半杯斯威夫特高级人造黄油

¾ [ˈkʌpfʊl] [mɪlk]
¾ cupful milk
¾ 一杯 牛奶

四分之三杯牛奶

1½ [ˈtiːspuːnˌful] [ˈbeɪkɪŋ] - [ˈpaʊdə(r)]
1½ teaspoonfuls baking - powder
1½ 茶匙 烘烤 - 粉末

1.5茶匙泡打粉

[jəʊk] [ɒv; əv][fɔːr] [egz]
Yolks of 4 eggs
蛋黄 的 4 鸡蛋

4个鸡蛋的蛋黄

½ [paʊnd] [ɒv; əv][ˈreɪzɪnz]
½ pound of raisins
½ 磅 的 葡萄干

半磅葡萄干

1½ [ˈkʌpˌful][ˈʃʊgə(r)]
1½ cupfuls sugar
1½ 杯 糖

1.5 杯糖

[θriː][ˈkʌpˌful][ˈflaʊə(r)]
3 cupfuls flour
3 杯 面粉

杯面粉

[wʌn] [dɪˈzɜːtˌspuːnfʊl] [iːtʃ] [ɒv; əv] [ˈsɪnəmən] , [kləʊvz] , [ˈɔːlspaɪs] , [ænd; ənd] [ˈnʌtmeg]
1 dessertspoonful each of cinnamon , cloves , allspice , and nutmeg
1 甜点勺 每个 的 肉桂 , 丁香 , 多香果 , 和 肉豆蔻

肉桂、丁香、多香果和肉豆蔻各一甜点匙

[wʌn] [paʊnd] [ɒv; əv] [fɪgz]
1 pound of figs
1 磅 的 无花果

1磅无花果

[kriːm] [ðə; ði] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn] [ænd; ənd] ['ʃʊgə(r)] .
Cream the oleomargarine and sugar .
奶油 这 人造黄油 和 糖 .

将人造黄油和糖搅打均匀。

[ˌeɪ diː 'diː] [ðə; ði] [eg] - [jəʊk] , [wel] ['biːt(ə)n] , [ðen] [ðə; ði] [mɪlk] .
Add the egg - yolks , well beaten , then the milk .
添加 这 蛋 - 蛋黄 , 出色地 被打败 , 然后 这 牛奶 .

加入打散的蛋黄，然后加入牛奶。

[sɪft] [ðə; ði] ['beɪkɪŋ] - ['paʊdə(r)] [ænd; ənd] [s'paɪsɪz] [wɪð] [ðə; ði] ['flaʊə(r)] [ænd; ənd] [ˌeɪ diː 'diː] ['grædʒuəli] .
Sift the baking - powder and spices with the flour and add gradually .
筛 这 烘烤 - 粉末 和 香料 和 这 面粉 和 添加 逐步地 .

将泡打粉和香料与面粉一起过筛，然后逐渐加入。

[ðə; ði] ['reɪzɪnz] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] ['siːdɪd] [ænd; ənd] [dredʒd] [wɪð] ['flaʊə(r)] ,
The raisins should be seeded and dredged with flour ,
这 葡萄干 应该 是 播种 和 疏浚 和 面粉 ,

葡萄干应去籽并裹上面粉。

[ænd; ənd] [ðə; ði] [fɪgz] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [kʌt] [ɪn] [smɔːl] ['piːsɪz] [ænd; ənd] [dredʒd] [wɪð] ['flaʊə(r)] [ænd; ənd]
and the figs should be cut in small pieces and dredged with flour and
和 这 无花果 应该 是 切 在 小的 件 和 疏浚 和 面粉 和
['ædɪd] [tuː; tə] [ðə; ði] ['bætə(r)] [ðə; ði] [lɑːst] [θɪŋ] .
added to the batter the last thing .
额外 到 这 连击 这 最后的 事物 .

无花果应切成小块，裹上面粉，最后加入面糊中。

[pʊt] [ɪn] [ðə; ði] [pæn] [ɔːl'tɜːnət] ['leɪəz] [ɒv; əv] [iːtʃ] [pɑːt] [ænd; ənd] [beɪk] [ɪn] [ə; eɪ] [ləʊf] .
Put in the pan alternate layers of each part and bake in a loaf .
放 在 这 平底锅 备用 层 的 每个 部分 和 烤 在 一个 面包 .

将各部分交替铺在烤盘中，烤成面包状。

[ðə; ði] [ɪ'tæliən] ['juːzɪz; 'juːsɪz] ['ɒlɪv] [ɔɪl] ; [ðə; ði] [swɪs] , ['bʌtə(r)] [frɒm; frəm] ['gəʊts] [mɪlk] ; [ænd; ənd] [ðə; ði]
The Italian uses olive oil ; the Swiss , butter from goat's milk ; and the
这 意大利语 用途 橄榄 油 ; 这 瑞士 , 黄油 从 山羊的 牛奶 ; 和 这
['θrɪfti] [ə'merɪkən] ['haʊswaɪf] ,
thrifty American housewife ,
节俭 美国人 家庭主妇 ,

意大利人用橄榄油；瑞士人用山羊奶制成的黄油；而节俭的美国主妇，

[swɪfts] ['priːmiəm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn] .
Swift's Premium Oleomargarine .
斯威夫特的 优质的 人造黄油 .

Swift's 高级人造黄油。

[[peɪdʒ] [fɔː(r)]]
[Page Four]
[页 四]

【第四页】

['ʃʊgə(r)] ['kʊkiz]
Sugar Cookies
糖 曲奇饼

糖饼干

[wʌn] ['kʌpfʊl] [swɪfts] ['priːmiəm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn]
1 cupful Swift's Premium Oleomargarine
1 一杯 斯威夫特的 优质的 人造黄油

杯 Swift's 高级人造黄油

[wʌn] ['kʌpfʊl] ['saʊə(r)] [mɪlk]
1 cupful sour milk
1 一杯 酸的 牛奶

杯酸奶

[wʌn] ['tiːspuːnfʊl] ['səʊdə]
1 teaspoonful soda
1 一茶匙 苏打

1茶匙苏打水

[ˌtuː'tuː]['kʌpˌful]['ʃʊgə(r)]
2 cupfuls sugar
2 杯 糖

杯糖

[θriː] [egz] , [wel] ['biːt(ə)n]
3 eggs , well beaten
3 鸡蛋 , 出色地 被打败

3个鸡蛋，充分打散

['fleɪvərɪŋ] [tuː; tə] [teɪst]
Flavoring to taste
调味 到 品尝

根据口味调味

['flaʊə(r)] [ɪ'nʌf] [tuː; tə][rəʊl][aʊt] [θɪn]
Flour enough to roll out thin
面粉 足够的 到 卷 出去 薄的

面粉要足够擀薄。

[kriːm] [ðə; ði][ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn][ænd; ənd]['ʃʊgə(r)] .
Cream the oleomargarine and sugar .
奶油 这 人造黄油 和 糖 .

将人造黄油和糖搅打均匀。

[ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði] [egz] , ['waɪts] [ænd; ənd] [jəʊk] ['biːt(ə)n] [tə'geðə(r)] .
Add the eggs , whites and yolks beaten together .
添加 这 鸡蛋 , 白人 和 蛋黄 被打败 一起 .

加入打散的鸡蛋，蛋白和蛋黄一起搅拌均匀。

[dɪ'zɒlv] [ðə; ði]['səʊdə][ɪn][ðə; ði]['saʊə(r)][mɪlk] .
Dissolve the soda in the sour milk .
溶解 这 苏打 在 这 酸的 牛奶 .

将苏打水溶解在酸奶中。

[ˌeɪ diː 'diː] [ðɪs] [ænd; ənd] [ðen] [ðə; ði]['flaʊə(r)] .
Add this and then the flour .
添加 这 和 然后 这 面粉 .

加入这个，然后再加入面粉。

[rəʊl] [aʊt] [θɪn] .
Roll out thin .
卷 出去 薄的 .

擀成薄片。

[dʒʌst] [bɪ'fɔː(r)] ['kʌtɪŋ] [aʊt] [ðə; ði] ['kʊkiz] [sɪft] ['grænjʊleɪtɪd]['ʃʊgə(r)][ɒn] [tɒp] [ænd; ənd][rəʊl][ˌaɪ 'tiː][ɪn]
Just before cutting out the cookies sift granulated sugar on top and roll it in
只是 前 切割 出去 这 曲奇饼 筛 颗粒状 糖 在 顶部 和 卷 它 在
['slaɪtli] ,
slightly ,
轻微地 ,

在切出饼干之前，在饼干表面筛上一层砂糖，然后轻轻地滚一滚。

[ðen] [kʌt] [aʊt] ['kʊkiz] [wɪð] ['kʊki] - ['kʌtə(r)] [ænd; ənd] [beɪk] [ɪn] [ə; eɪ] ['mɒdərət] ['ʌv(ə)n] .
then cut out cookies with cookie - cutter and bake in a moderate oven .
然后 切 出去 曲奇饼 和 曲奇饼 - 刀具 和 烤 在 一个 缓和 烤箱 .

然后用饼干模具切出饼干，放入中等温度的烤箱烘烤。

['lemən] [paɪ]
Lemon Pie
柠檬 馅饼

柠檬派

[wʌn] ['kʌpfʊl] ['ʃʊgə(r)]
1 cupful sugar
1 一杯 糖

杯糖

[ˌtuː'tuː] ['teibl,spu:nful] ['flaʊə(r)]
2 tablespoonfuls flour
2 汤匙 面粉

2汤匙面粉

[jəʊk] [ɒv; əv] [θriː] [egz]
Yolks of three eggs
蛋黄 的 三 鸡蛋

三个鸡蛋的蛋黄

[wʌn] ['kʌpfʊl] ['wɔːtə(r)]
1 cupful water
1 一杯 水

杯水

[dʒuːs] [ænd; ənd] ['greɪtɪd] [raɪnd] [ɒv; əv] [wʌn] ['lemən]
Juice and grated rind of 1 lemon
汁 和 磨碎的 果皮 的 1 柠檬

1个柠檬的汁和磨碎的柠檬皮

[ə; eɪ] [lʌmp] [ɒv; əv] [swɪfts] ['priːmiəm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn] [ðə; ði] [saɪz] [ɒv; əv] [æn; ən] [eg]
A lump of Swift's Premium Oleomargarine the size of an egg
一个 块 的 斯威夫特的 优质的 人造黄油 这 尺寸 的 一个 蛋

一块鸡蛋大小的Swift's高级人造黄油。

[pʊt] [ɔːl] [tə'geðə(r)] [ɪn] [æn; ən] ['əʊtmiːl] ['kʊkə(r)] [ænd; ənd] [kʊk] ['əʊvə(r)] [hɒt] ['wɔːtə(r)] [ʌn'tɪl] [θɪk] .
Put all together in an oatmeal cooker and cook over hot water until thick .
放 全部 一起 在 一个 麦片 炊具 和 厨师 超过 热的 水 直到 厚的 .

将所有食材放入燕麦粥锅中，隔水煮至浓稠。

[teɪk] [frɒm; frəm] [ðə; ði] ['faɪə(r)] [ænd; ənd] [kuːl] [ə; eɪ] ['lɪt(ə)l] .
Take from the fire and cool a little .
拿 从 这 火 和 凉爽的 一个 小的 .

从火上移开，稍微冷却一下。

[laɪn] [ə; eɪ] [diːp] [paɪ] - [pleɪt] [wɪð] [krʌst] , [pɔː(r)] [ɪn] [ðə; ði] ['lemən] ['mɪkstʃə(r)] ,
Line a deep pie - plate with crust , pour in the lemon mixture ,
线 一个 深的 馅饼 - 盘子 和 地壳 , 倒 在 这 柠檬 混合物 ,

在深派盘里铺上派皮，倒入柠檬混合物，

[ænd; ənd] [beɪk] [ɪn] [ə; eɪ] ['mɒdərət] ['ʌv(ə)n] [ʌn'tɪl] [ðə; ði] [krʌst] [ɪz] [dʌn] .
and bake in a moderate oven until the crust is done .
和 烤 在 一个 缓和 烤箱 直到 这 地壳 是 完毕 .

放入中等温度的烤箱烘烤，直到饼皮烤熟。

[rɪ'muːv] [frɒm; frəm] [ðə; ði] ['ʌv(ə)n] [ænd; ənd] [hæv; həv] ['redi] [ðə; ði] [waɪts] [ɒv; əv] [ðə; ði] [θriː] [egz] ,
Remove from the oven and have ready the whites of the three eggs ,
消除 从 这 烤箱 和 有 准备好 这 白人 的 这 三 鸡蛋 ,

从烤箱中取出，准备好三个鸡蛋的蛋白。

['bi:t(ə)n] [ʌp] [stɪf] , [wɪð] [θri:] ['lev(ə)l] ['teibl,spu:nful] [ɒv; əv] ['paʊdəd] ['ʃʊgə(r)] ; [spred] [ðɪs]
beaten up stiff , with three level tablespoonfuls of powdered sugar ; spread this
被打败 向上僵硬的 , 和 三 等级 汤匙 的 粉末状 糖 ; 传播 这
[mə'ræŋ] ['smu:ðli] ['əʊvə(r)][ðə; ði][paɪ] ,
meringue smoothly over the pie ,
蛋白酥皮 顺利 超过 这 馅饼 ,

将蛋白霜打发至硬挺，加入三平勺糖粉；将蛋白霜均匀地涂抹在馅饼上。

[rɪ'tɜ:n] [tu:; tə][ðə; ði]['ʌv(ə)n] , [ænd; ənd] [beɪk] [ə; eɪ] [lait] [braʊn] .
return to the oven , and bake a light brown .
返回 到 这 烤箱 , 和 烤 一个 光 棕色的 .

放回烤箱，烤至浅棕色。

['kɔ:nbred]
Cornbread
玉米面包

玉米面包

¼ ['kʌpfʊl] [swɪfts] ['pri:miəm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑ:dʒə'ri:n]
¼ cupful Swift's Premium Oleomargarine
¼ 一杯 斯威夫特的 优质的 人造黄油

¼ 杯 Swift's 高级人造黄油

[wʌn]['kʌpfʊl] [swi:t] [mɪlk]
1 cupful sweet milk
1 一杯 甜的 牛奶

杯甜牛奶

[wʌn]['kʌpfʊl] ['kɔ:nmi:l]
1 cupful cornmeal
1 一杯 玉米粉

杯玉米粉

¼ ['kʌpfʊl]['ʃʊgə(r)]
¼ cupful sugar
¼ 一杯 糖

¼ 杯糖

[wʌn]['kʌpfʊl]['flaʊə(r)]
1 cupful flour
1 一杯 面粉

杯面粉

[ˌtu:'tu:] ['ti:spu:n,ful] ['beɪkɪŋ] - ['paʊdə(r)]
2 teaspoonfuls baking - powder
2 茶匙 烘烤 - 粉末

2茶匙泡打粉

[ˌtu:'tu:] [egz]
2 eggs
2 鸡蛋

2个鸡蛋

[sɪft] [tə'geðə(r)] [mi:l] , ['flaʊə(r)] , ['beɪkɪŋ] - ['paʊdə(r)] , [ænd; ənd]['ʃʊgə(r)] .
Sift together meal , flour , baking - powder , and sugar .
筛 一起 一顿饭 , 面粉 , 烘烤 - 粉末 , 和 糖 .

将玉米粉、面粉、泡打粉和糖一起过筛。

[tu:; tə] [ðɪs] [ˌeɪ di: 'di:][ɪn]['ɔ:də(r)][ðə; ði][mɪlk] , [ðə; ði] [eg] - [jəʊk] [wel] ['bi:t(ə)n] ,
To this add in order the milk , the egg - yolks well beaten ,
到 这 添加 在 命令 这 牛奶 , 这 蛋 - 蛋黄 出色地 被打败 ,

按顺序加入牛奶和打散的蛋黄，

[ðə; ði][ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn] ['meltɪd] [ænd; ənd]['lɑːstli][ðə; ði] [wel] - ['biːt(ə)n] ['waɪts] [ɒv; əv][ðə; ði] [egz] .
the oleomargarine melted and lastly the well - beaten whites of the eggs .
这 人造黄油 融化 和 最后 这 出色地 - 被打败 白人 的 这 鸡蛋 .

先将人造黄油融化，最后加入打发的蛋白。

[beɪk] [ɪn][ə; eɪ][hɒt]['ʌv(ə)n][fɔː(r); fə(r)] ['θɜːti] [tuː; tə] ['θɜːti] - [faɪv] ['mɪnɪts] .
Bake in a hot oven for thirty to thirty - five minutes .
烤 在 一个 热的 烤箱 为了 三十 到 三十 - 五 分钟 .

放入高温烤箱烘烤30至35分钟。

[ðɪs] [ɪz] [pə'tɪkjələli] [dɪ'lɪʃəs] [ɪf] [dʒʌst] [bɪ'fɔː(r)] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [dʌn] [hɑːf][ə; eɪ]['kʌpfʊl] [ɒv; əv] [kriːm] [ɪz]
This is particularly delicious if just before it is done half a cupful of cream is
这 是 特别 可口的 如果 只是 前 它 是 完毕 一半 一个 一杯 的 奶油 是
[pɔː] ['əʊvə(r)][ðə; ði][tɒp] .
poured over the top .
倾倒 超过 这 顶部 .

这道菜在即将出锅时淋上半杯奶油，味道会格外鲜美。

[hæv; həv][juː; jʊ]['teɪstɪd] [swɪfts] ['priːmiəm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn] ?
Have you tasted Swift's Premium Oleomargarine ?
有 你 尝过 斯威夫特的 优质的 人造黄油 ?

你尝过Swift's高级人造黄油吗?

[[peɪdʒ] [faɪv]]
[Page Five]
[页 五]

【第五页】

['əʊtmiːl] ['krækəz]
Oatmeal Crackers
麦片 饼干

燕麦饼干

¾ ['kʌpfʊl] [swɪfts] ['priːmiəm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn]
¾ cupful Swift's Premium Oleomargarine
¾ 一杯 斯威夫特的 优质的 人造黄油

¾ 杯 Swift's 高级人造黄油

[ˌtuː'tuː]['kʌpˌful] [rəʊld] [əʊts]
2 cupfuls rolled oats
2 杯 滚动 燕麦

杯燕麦片

½ ['kʌpfʊl] [mɪlk]
½ cupful milk
½ 一杯 牛奶

半杯牛奶

½ ['tiːspuːnfʊl] ['səʊdə]
½ teaspoonful soda
½ 一茶匙 苏打

半茶匙苏打水

1½ ['kʌpˌful]['reɪzɪnz] [tʃɒpt] [faɪn]
1½ cupfuls raisins chopped fine
1½ 杯 葡萄干 切碎 美好的

1.5 杯切碎的葡萄干

[ˌtuː'tuː]['kʌpˌful]['flaʊə(r)]
2 cupfuls flour
2 杯 面粉

杯面粉

[wʌn] ['kʌpfʊl] ['ʃʊgə(r)]
1 cupful sugar
1 一杯 糖

杯糖

[wʌn] ['tiːspuːnfʊl] ['sɪnəmən]
1 teaspoonful cinnamon
1 一茶匙 肉桂

1茶匙肉桂

[θriː] [egz]
3 eggs
3 鸡蛋

3个鸡蛋

[ə; eɪ] [pɪntʃ] [ɒv; əv][sɔːlt]
A pinch of salt
一个 捏 的 盐

一小撮盐

[kriːm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn][ænd; ənd]['ʃʊgə(r)] .
Cream oleomargarine and sugar .
奶油 人造黄油 和 糖 .

奶油、人造黄油和糖。

[ˌeɪ diː 'diː] [eg] - [jəʊk] [wel] ['biːt(ə)n] .
Add egg - yolks well beaten .
添加 蛋 - 蛋黄 出色地 被打败 .

加入打散的蛋黄。

[dɪ'zɒlv] ['səʊdə][ɪn] [mɪlk] [ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː][nekst] .
Dissolve soda in milk and add next .
溶解 苏打 在 牛奶 和 添加 下一个 .

将苏打水溶解在牛奶中，然后加入。

[mɪks] [əʊts] , ['flaʊə(r)] , [sɔːlt] , [ænd; ənd] ['sɪnəmən] [tə'geðə(r)] [wel] [ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː] .
Mix oats , flour , salt , and cinnamon together well and add .
混合 燕麦 , 面粉 , 盐 , 和 肉桂 一起 出色地 和 添加 .

将燕麦片、面粉、盐和肉桂粉充分混合，然后加入。

[ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði]['reɪzɪnz] [lɑːst] .
Add the raisins last .
添加 这 葡萄干 最后的 .

最后加入葡萄干。

[biːt] [wel] [ænd; ənd] [drɒp] [wɪð] [ə; eɪ] [spuːn] [ɒn][tuː; tə] ['bʌtəd] [tɪnz] [ænd; ənd] [beɪk] [ɪn] ['mɒdərət] ['ʌv(ə)n] .
Beat well and drop with a spoon on to buttered tins and bake in moderate oven .
打 出色地 和 降低 和 一个 勺子 在 到 涂黄油的 罐头 和 烤 在 缓和 烤箱 .

充分搅拌后，用勺子舀到涂了黄油的烤盘上，放入中等温度的烤箱烘烤。

['ɪŋglɪʃ] ['wɔːlnʌt] ['pʊdɪŋ]
English Walnut Pudding
英语 核桃 布丁

英式核桃布丁

½ ['kʌpfʊl] [swɪfts] ['priːmiəm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn]
½ cupful Swift's Premium Oleomargarine
½ 一杯 斯威夫特的 优质的 人造黄油

半杯斯威夫特高级人造黄油

[wʌn] [eg]
1 egg
1 蛋

1个鸡蛋

[wʌn] ['kʌpfʊl] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtə(r)]
1 cupful boiling water
1 一杯 沸腾 水

杯沸水

[wʌn] ['tiːspuːnfʊl] ['sɪnəmən]
1 teaspoonful cinnamon
1 一茶匙 肉桂

1茶匙肉桂

½ ['kʌpfʊl] ['wɔːlnʌts]
½ cupful walnuts
½ 一杯 核桃

半杯核桃

[wʌn] ['kʌpfʊl] [mə'læsɪz]
1 cupful molasses
1 一杯 糖蜜

杯糖蜜

[wʌn] ['tiːspuːnfʊl] ['səʊdə]
1 teaspoonful soda
1 一茶匙 苏打

1茶匙苏打水

[θriː]['kʌp,ful]['flaʊə(r)]
3 cupfuls flour
3 杯 面粉

杯面粉

½ ['tiːspuːnfʊl] [kləʊvz]
½ teaspoonful cloves
½ 一茶匙 丁香

半茶匙丁香

½ ['kʌpfʊl] ['reɪzɪnz]
½ cupful raisins
½ 一杯 葡萄干

半杯葡萄干

[biːt] [ðə; ði] [eg] [waɪt] [ænd; ənd] [jəʊk] [tə'geðə(r)] [ænd; ənd] [ˌeɪ diː 'diː] [ˌaɪ 'tiː] [tuː; tə] [ðə; ði] [mə'læsɪz] .
Beat the egg white and yolk together and add it to the molasses .
打 这 蛋 白色的 和 蛋黄 一起 和 添加 它 到 这 糖蜜 .

将蛋清和蛋黄一起打散，然后加入糖蜜中。

[dɪ'zɒlv] [ðə; ði] ['səʊdə] [ɪn] [ðə; ði] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtə(r)] [ænd; ənd] [ˌeɪ diː 'diː] [ðæt] [nekst] .
Dissolve the soda in the boiling water and add that next .
溶解 这 苏打 在 这 沸腾 水 和 添加 那 下一个 .

将小苏打溶解在沸水中，然后加入。

[mɪks] ['flaʊə(r)] , ['sɪnəmən] , [ænd; ənd] [kləʊvz] [tə'geðə(r)] [ænd; ənd] [ˌeɪ diː 'diː] ['grædʒuəli] .
Mix flour , cinnamon , and cloves together and add gradually .
混合 面粉 , 肉桂 , 和 丁香 一起 和 添加 逐步地 .

将面粉、肉桂和丁香混合在一起，然后逐渐加入。

[ˌeɪ diː 'diː] [ðə; ði] ['bʌtəˌriːn] ['meltɪd] .
Add the butterine melted .
添加 这 黄油 融化 .

加入融化的黄油。

['lɑːstli] [ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði]['reɪzɪnz] .
Lastly add the raisins .
最后 添加 这 葡萄干 .

最后加入葡萄干。

[stiːm] [tuː] [ænd; ənd][ə; eɪ][hɑːf] ['aʊəz] .
Steam two and a half hours .
蒸汽 二 和 一个 一半 小时 .

蒸汽蒸煮两个半小时。

[sɜːv] [wɔːm] [wɪð] [sɔːs] [meɪd] [ɒv; əv][wʌn]['kʌpfʊl] [swɪfts] ['priːmiəm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn] [stɜːd] [ʌn'tɪl]
Serve warm with sauce made of one cupful Swift's Premium Oleomargarine stirred until
服务 温暖的 和 酱 制成 的 一 一杯 斯威夫特的 优质的 人造黄油 搅拌 直到
[smuːð] [wɪð] [wʌn]['kʌpfʊl] ['paʊdəd] ['ʃʊgə(r)] .
smooth with one cupful powdered sugar .
光滑的 和 一 一杯 粉末状 糖 .

趁热食用，佐以用一杯 Swift's Premium Oleomargarine 和一杯糖粉搅拌至顺滑制成的酱汁。

[ˌeɪ diː 'diː][wʌn] [eg] , ['fleɪvə(r)][tuː; tə] [teɪst] , [ænd; ənd] [biːt] [ʌn'tɪl] [smuːð] .
Add one egg , flavor to taste , and beat until smooth .
添加 一 蛋 , 味道 到 品尝 , 和 打 直到 光滑的 .

加入一个鸡蛋，根据口味调味，搅拌至顺滑。

[pə'nəjtʃi]
Penoche
佩诺切

佩诺切

¼ ['kʌpfʊl] [swɪfts] ['priːmiəm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn]
¼ cupful Swift's Premium Oleomargarine
¼ 一杯 斯威夫特的 优质的 人造黄油

¼ 杯 Swift's 高级人造黄油

1½ ['kʌpˌful] [rɪtʃ] [mɪlk]
1½ cupfuls rich milk
1½ 杯 富有的 牛奶

1.5 杯浓牛奶

[θriː]['kʌpˌful] [lait] - [braʊn] ['ʃʊgə(r)]
3 cupfuls light - brown sugar
3 杯 光 - 棕色的 糖

杯浅棕糖

[wʌn]['kʌpfʊl] [tʃɒpt] ['wɔːlnʌts]
1 cupful chopped walnuts
1 一杯 切碎 核桃

杯切碎的核桃

[stɜː(r)][tə'geðə(r)][ðə; ði][ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn] , [mɪlk] , [ænd; ənd]['ʃʊgə(r)] ,
Stir together the oleomargarine , milk , and sugar ,
搅拌 一起 这 人造黄油 , 牛奶 , 和 糖 ,

将人造黄油、牛奶和糖搅拌在一起，

[ænd; ənd] [kʊk] [ʌn'tɪl][ˌaɪ 'tiː][kæn; kən][biː; bi] [pɪkt] [ʌp] [wen] [drɒpt] [ɪn][kəʊld]['wɔːtə(r)] .
and cook until it can be picked up when dropped in cold water .
和 厨师 直到 它 能 是 挑选 向上 什么时候 掉落 在 寒冷的 水 .

煮至放入冷水中能轻易捡起为止。

[biːt] [ʌn'tɪl][ˌaɪ 'tiː] ['θikən] [ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði]['wɔːlnʌts] ['slaɪtli] ['sɔːltɪd] .
Beat until it thickens and add the walnuts slightly salted .
打 直到 它 增厚 和 添加 这 核桃 轻微地 咸的 .

搅拌至浓稠，加入略加盐的核桃。

[pɔː(r)][ɪn] ['bʌtəd] [tɪnz][ænd; ənd][kʌt][ɪn][sk'weəz] .
Pour in buttered tins and cut in squares .
倒 在 涂黄油的 罐头 和 切 在 正方形 .

倒入涂了黄油的烤盘中，切成方块。

[ɑːsk][jɔː(r); jə(r)]['grəʊsə(r)][fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ] ['kɑːtn] [ɒv; əv] [swɪfts] ['priːmiəm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn] .
Ask your grocer for a carton of Swift's Premium Oleomargarine .
问 你的 杂货商 为了 一个 纸盒 的 斯威夫特的 优质的 人造黄油 .

请向杂货店老板要一盒Swift's高级人造黄油。

[[peɪdʒ][sɪks]]
[Page Six]
[页 六]

[第六页]

['bʌtə(r)] [skɒtʃ]
Butter Scotch
黄油 苏格兰威士忌

奶油糖果

¾ ['kʌpfʊl] [swɪfts] ['priːmiəm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn]
¾ cupful Swift's Premium Oleomargarine
¾ 一杯 斯威夫特的 优质的 人造黄油

¾ 杯 Swift's 高级人造黄油

[wʌn]['kʌpfʊl] [mə'læsɪz]
1 cupful molasses
1 一杯 糖蜜

杯糖蜜

[ˌtuː'tuː]['kʌpˌful]['ʃʊgə(r)]
2 cupfuls sugar
2 杯 糖

杯糖

⅓ ['kʌpfʊl]['vɪnɪgə(r)]
⅓ cupful vinegar
⅓ 一杯 醋

三分之一杯醋

[pʊt] [ɔːl] [tə'geðə(r)] [ænd; ənd] [kʊk] , ['stɜːrɪŋ] [ɔːl][ðə; ði][taɪm] .
Put all together and cook , stirring all the time .
放 全部 一起 和 厨师 , 搅拌 全部 这 时间 .

将所有食材混合在一起，边煮边搅拌。

[kʊk] [ʌn'tɪl]['brɪt(ə)l] [wen] [drɒpt] [ɪn][kəʊld]['wɔːtə(r)] .
Cook until brittle when dropped in cold water .
厨师 直到 脆 什么时候 掉落 在 寒冷的 水 .

煮至放入冷水中易碎即可。

[pɔː(r)]['ɪntuː] ['bʌtəd] [tɪnz][ænd; ənd][mɑːk] [fɔː(r); fə(r)] ['breɪkɪŋ] [bɪ'fɔː(r)][ˌaɪ 'tiː][ɪz][kəʊld] .
Pour into buttered tins and mark for breaking before it is cold .
倒 进入 涂黄油的 罐头 和 标记 为了 打破 前 它 是 寒冷的 .

倒入涂了黄油的烤盘中，并在冷却前做好标记以便掰开。

['dʒɪndʒə(r)] [bred]
Ginger Bread
姜 面包

姜饼

½ ['kʌpfʊl] [swɪfts] ['priːmiəm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn]
½ cupful Swift's Premium Oleomargarine
½ 一杯 斯威夫特的 优质的 人造黄油

半杯斯威夫特高级人造黄油

[wʌn] ['kʌpfʊl] [mə'læsɪz]
1 cupful molasses
1 一杯 糖蜜

杯糖蜜

[wʌn] ['ti:spu:nfʊl] ['dʒɪndʒə(r)]
1 teaspoonful ginger
1 一茶匙 姜

1茶匙姜

[wʌn] ['ti:spu:nfʊl] [kləʊvz]
1 teaspoonful cloves
1 一茶匙 丁香

1茶匙丁香

[wʌn] ['ti:spu:nfʊl] ['sɪnəmən]
1 teaspoonful cinnamon
1 一茶匙 肉桂

1茶匙肉桂

⅛ ['ti:spu:nfʊl] ['nʌtmeg]
⅛ teaspoonful nutmeg
⅛ 一茶匙 肉豆蔻

⅛茶匙肉豆蔻

[wʌn] [eg] , ['bi:t(ə)n] [lait]
1 egg , beaten light
1 蛋 , 被打败 光

个鸡蛋，打散至浅色

½ ['kʌpfʊl] ['ʃʊgə(r)]
½ cupful sugar
½ 一杯 糖

半杯糖

[wʌn] ['kʌpfʊl] ['saʊə(r)] [mɪlk]
1 cupful sour milk
1 一杯 酸的 牛奶

杯酸奶

[wʌn] ['ti:spu:nfʊl] ['beɪkɪŋ] ['səʊdə]
1 teaspoonful baking soda
1 一茶匙 烘烤 苏打

1茶匙小苏打

[ˌtu:'tu:] ['kʌp,ful] ['flaʊə(r)]
2 cupfuls flour
2 杯 面粉

杯面粉

[mɪks] ['ɪntu:] [ə; eɪ] [lait] [dəʊ] [ænd; ənd] [beɪk] [ɪn] [ə; eɪ] [flæt] [pæn] .
Mix into a light dough and bake in a flat pan .
混合 进入 一个 光 面团 和 烤 在 一个 平坦的 平底锅 .

混合成轻盈的面团，然后在平底锅中烘烤。

[kwɪk] ['ʌv(ə)n] .
Quick oven .
快的 烤箱 .

快速烤箱。

['kʊkiz]
Cookies
曲奇饼

曲奇饼

1½ ['kʌp,ful]['ʃʊgə(r)]
1½ cupfuls sugar
1½ 杯 糖

1.5 杯糖

¾ ['kʌpfʊl] [swɪfts] ['priːmiəm] [,əʊlɪəʊ,mɑːdʒə'riːn]
¾ cupful Swift's Premium Oleomargarine
¾ 一杯 斯威夫特的 优质的 人造黄油

¾ 杯 Swift's 高级人造黄油

[wʌn] ['kʌpfʊl] ['saʊə(r)] [kriːm]
1 cupful sour cream
1 一杯 酸的 奶油

杯酸奶油

[θriː] [egz]
3 eggs
3 鸡蛋

3个鸡蛋

½ ['tiːspuːnfʊl] ['səʊdə]
½ teaspoonful soda
½ 一茶匙 苏打

半茶匙苏打水

[wʌn] ['tiːspuːnfʊl] ['nʌtmeg]
1 teaspoonful nutmeg
1 一茶匙 肉豆蔻

1茶匙肉豆蔻

[wʌn] ['tiːspuːnfʊl] [və'nɪlə]
1 teaspoonful vanilla
1 一茶匙 香草

1茶匙香草精

[wʌn] ['tiːspuːnfʊl] ['ɑːmənd]
1 teaspoonful almond
1 一茶匙 杏仁

1茶匙杏仁

[mɪks] [wɪð] ['flaʊə(r)] [ɪ'nʌf] [tuː; tə][rəʊl] [θɪn] , [ænd; ənd] [beɪk] [ɪn][ə; eɪ] [kwɪk] ['ʌv(ə)n] .
Mix with flour enough to roll thin , and bake in a quick oven .
混合 和 面粉 足够的 到 卷 薄的 , 和 烤 在 一个 快的 烤箱 .

加入适量面粉，擀成薄片，放入高温烤箱烘烤。

[wʊd] [juː; jʊ] [laɪk] [tuː; tə] [rɪ'djuːs] [jɔː(r); jə(r)] ['bʌtə(r)] [bɪl] ?
Would you like to reduce your butter bill ?
会 你 喜欢 到 减少 你的 黄油 账单 ?

您想减少黄油的开支吗?

[ðen] [juːz] [swɪfts] ['priːmiəm] [,əʊlɪəʊ,mɑːdʒə'riːn] .
Then use Swift's Premium Oleomargarine .
然后 使用 斯威夫特的 优质的 人造黄油 .

然后使用 Swift 的高级人造黄油。

[[peɪdʒ]['sev(ə)n]]
[Page Seven]
[页 七]

【第七页】

[ɒn] ['beɪkɪŋ] - [deɪ]
On Baking - Day
在 烘烤 - 天

烘焙日

[wen] [juː; jʊ] [wɪʃ] [ə; eɪ] [faɪn] - [greɪnd] [keɪk] ,
When you wish a fine - grained cake ,
什么时候 你 希望 一个 美好的 - 颗粒状 蛋糕 ,

当你想要一块口感细腻的蛋糕时，

[biːt] [ðə; ði] ['waɪts] [ɒv; əv] [ðə; ði] [egz] [tuː; tə] [ə; eɪ] [stɪf] [fəʊm] [wɪð] [ə; eɪ] ['dəʊvə(r)] [eg] - ['biːtə(r)] .
beat the whites of the eggs to a stiff foam with a Dover egg - beater .
打 这 白人 的 这 鸡蛋 到 一个 僵硬的 泡沫 和 一个 多佛 蛋 - 击打者 .

用多佛牌打蛋器将蛋白打发至硬性发泡。

[ɪf] ['sʌmθɪŋ] ['spʌndʒi] , [sʌtʃ] [æz; əz] [æn; ən] ['eɪndʒl] [keɪk] , [ɪz] [dɪ'zaɪəd] , [juːz] [ə; eɪ] ['waɪə(r)] [eg] - ['biːtə(r)] ,
If something spongy , such as an angel cake , is desired , use a wire egg - beater ,
如果 某物 海绵状的 , 这样的 作为 一个 天使 蛋糕 , 是 想要的 , 使用 一个 金属丝 蛋 - 击打者 ,

如果想要口感蓬松的蛋糕，例如天使蛋糕，请使用金属打蛋器。

[wɪtʃ] [meɪks] [ə; eɪ] [mɔː(r)] [eə(r)] - [ɪn'fleɪtɪd] [fəʊm] .
which makes a more air - inflated foam .
哪个 制作 一个 更多的 空气 - 膨胀 泡沫 .

这样就能产生更蓬松的泡沫。

['resəpɪz] [ɪn] [ðə; ði] ['əʊldə] , [mʌtʃ] - [praɪzd] [kʊk] - [bʊks] ['ɒf(ə)n] [kɔːl] [fɔː(r); fə(r)] [ə; eɪ] ['tiːkʌpˌfʊl] [ɒv; əv] [jiːst] .
Recipes in the older , much - prized cook - books often call for a teacupful of yeast .
食谱 在 这 老 , 很多 - 珍贵的 厨师 - 图书 经常 称呼 为了 一个 一杯茶 的 酵母 .

老旧的、备受推崇的烹饪书中，食谱通常需要一茶杯酵母。

[ə; eɪ] ['tiːkʌpˌfʊl] ['lɪkwɪd] [jiːst] [ɪz] ['iːkwəl] [tuː; tə] [wʌn] [keɪk] [ɒv; əv] [kəm'prest] [jiːst] .
A teacupful liquid yeast is equal to one cake of compressed yeast .
一个 一杯茶 液体 酵母 是 平等的 到 一 蛋糕 的 压缩 酵母 .

一杯液态酵母相当于一块压缩酵母。

[tuː; tə] [rɪ'muːv] ['piːkən] [miːts] [həʊl] , [pɔː(r)] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtə(r)] ['əʊvə(r)] [nʌts] [ænd; ənd] [let] [ðem; ðəm] [stænd] [ʌn'tɪl] [kəʊld] .
To remove pecan meats whole , pour boiling water over nuts and let them stand until cold .
到 消除 胡桃 肉类 所有的 , 倒 沸腾 水 超过 坚果 和 让 他们 站立 直到 寒冷的 .

要完整地取出山核桃仁，将沸水浇在山核桃上，静置冷却即可。

[ðen] [stænd] [ðə; ði] [nʌt] [ɒn] [end] [ænd; ənd] [kræk] [wɪð] [ə; eɪ] ['hæmə(r)] ,
Then stand the nut on end and crack with a hammer ,
然后 站立 这 坚果 在 结尾 和 裂缝 和 一个 锤 ,

然后将螺母竖起来，用锤子敲碎。

['straɪkɪŋ] [ðə; ði] [smɔːl] [end] [ɒv; əv] [ðə; ði] [nʌt] .
striking the small end of the nut .
引人注目 这 小的 结尾 的 这 坚果 .

敲击螺母的小端。

[ɪf] [biːf] [ɔː(r)] ['mʌtn] ['drɪpɪŋ] [ɑː(r); ə(r)] [juːst] [ɪn] ['meɪkɪŋ] [ə; eɪ] [paɪ] - [krʌst] ,
If beef or mutton drippings are used in making a pie - crust ,
如果 牛肉 或者 羊肉 滴落物 是 用过的 在 制作 一个 馅饼 - 地壳 ,

如果用牛肉或羊肉的油脂来制作馅饼皮，

[biːt] [ðem; ðəm][tuː; tə][ə; eɪ] [kriːm] [wɪð] [ə; eɪ] ['tiːspuːnfʊl] [ɒv; əv] ['beɪkɪŋ] - ['paʊdə(r)][ænd; ənd][ðə; ði]
beat them to a cream with a teaspoonful of baking - powder and the
打 他们 到 一个 奶油 和 一个 一茶匙 的 烘烤 - 粉末 和 这
[dʒuːs][ɒv; əv][hɑːf][ə; eɪ]['lemən] .
juice of half a lemon .
汁 的 一半 一个 柠檬 .

将它们与一茶匙泡打粉和半个柠檬的汁一起搅打成奶油状。

[ðɪs] [ɪ'fektʃuəli] [rɪ'muːvz] [ɔːl] [teɪst] .
This effectually removes all taste .
这 有效地 移除 全部 品尝 .

这样就能彻底去除所有味道。

[wen] [ə; eɪ] [keɪk] [stɪks] [tuː; tə][ə; eɪ][pæn] ,
When a cake sticks to a pan ,
什么时候 一个 蛋糕 棍子 到 一个 平底锅 ,

蛋糕粘在烤盘上时，

[set] [ˌaɪ 'tiː][fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ] [fjuː] ['mɪnɪts] [ɒn][ə; eɪ] [klɒθ] [rʌŋ] [aʊt] [ɒv; əv][kəʊld]['wɔːtə(r)] .
set it for a few minutes on a cloth wrung out of cold water .
放 它 为了 一个 很少 分钟 在 一个 布 拧干 出去 的 寒冷的 水 .

把它放在用冷水拧干的布上静置几分钟。

[ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [ðen] [kʌm] [aʊt] [ɪn] [gʊd] [ʃeɪp] .
It will then come out in good shape .
它 将要 然后 来 出去 在 好的 形状 .

这样就能完好无损地出来了。

[hiːt] [ðə; ði] [bleɪd] [ɒv; əv][ðə; ði] [bred] - [naɪf] [bɪ'fɔː(r)] ['kʌtɪŋ] [ə; eɪ][ləʊf][ɒv; əv] [freʃ] [bred] .
Heat the blade of the bread - knife before cutting a loaf of fresh bread .
热 这 刀刃 的 这 面包 - 刀 前 切割 一个 面包 的 新鲜的 面包 .

切新鲜面包前，请先将面包刀的刀刃加热。

[ðɪs] [prɪ'vents] [ðə; ði]['juːʒuəl] ['breɪkɪŋ] [ænd; ənd] ['krʌmblɪŋ] [ɒv; əv][ðə; ði]['slaɪsɪz] .
This prevents the usual breaking and crumbling of the slices .
这 阻止 这 通常 打破 和 摇摇欲坠 的 这 切片 .

这样可以防止切片像往常一样碎裂和散落。

[fɔː(r); fə(r)] ['kʌtɪŋ] [hɒt] [fʌdʒ] , [fɜːst] [dɪp] [ðə; ði] [bleɪd] [ɒv; əv][ðə; ði] [naɪf] [ɪn] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtə(r)] .
For cutting hot fudge , first dip the blade of the knife in boiling water .
为了 切割 热的 做傻事 , 第一的 蘸 这 刀刃 的 这 刀 在 沸腾 水 .

要切热巧克力酱，先将刀刃浸入沸水中。

['nʌθɪŋ] [ɪz]['betə(r)][fɔː(r); fə(r)] ['pʊdɪŋ] [məʊldz][ðæn; ðən]['dʒeli] ['tʌmbləz] [wɪð] [laɪt] [tɪn] ['kʌvəz] .
Nothing is better for pudding molds than jelly tumblers with light tin covers .
没有什么 是 更好的 为了 布丁 模具 比 果冻 玻璃杯 和 光 锡 封面 .

没有什么比带轻质锡盖的果酱杯更适合做布丁模具了。

[wʌn][kæn; kən] ['redɪli] [tel] [wen] [ðə; ði] ['pʊdɪŋz] [ɑː(r); ə(r)] [dʌn] [wɪ'ðaʊt] [rɪ'muːvɪŋ] [ðə; ði] ['kʌvəz] .
One can readily tell when the puddings are done without removing the covers .
一 能 容易 告诉 什么时候 这 布丁 是 完毕 没有 移除 这 封面 .

不用揭开盖子就能很容易地看出布丁是否烤好了。

[ðə; ði][dʒuːs] [wɪl] [nɒt] [bɔɪl] [aʊt] [ɒv; əv]['æp(ə)l][ɔː(r)] ['beri] [paɪz] [ɪf] [juː; jʊ][dɒt]['bɪts][ɒv; əv] [swɪfts]
The juice will not boil out of apple or berry pies if you dot bits of Swift's
这 汁 将要 不是 熬 出去 的 苹果 或者 浆果 馅饼 如果 你 点 比特 的 斯威夫特的
['priːmiəm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn][nɪə(r)][ðə; ði]['aʊtə(r)] [edʒ] .
Premium Oleomargarine near the outer edge .
优质的 人造黄油 靠近 这 外 边缘 .

如果在苹果派或浆果派的外缘附近点缀一些 Swift's Premium Oleomargarine 人造黄油，果汁就不会从派里流出来。

[ə; eɪ]['lɪt(ə)l][sɔːlt][ɪn][ðə; ði]['ʌv(ə)n]['ʌndə(r)][ðə; ði] ['beɪkɪŋ] - [tɪnz] [wɪl] [prɪ'vent] ['bɜːnɪŋ] [ɒn][ðə; ði] ['bɒtəm] .
A little salt in the oven under the baking - tins will prevent burning on the bottom .
一个 小的 盐 在 这 烤箱 在下面 这 烘烤 - 罐头 将要 防止 燃烧 在 这 底部 .

在烤箱里，烤盘下面放一点盐可以防止底部烤焦。

[ðeə(r)] [ɪz] ['nʌθɪŋ] [mɔː(r)] [ɪ'fektɪv] [fɔː(r); fə(r)] [rɪ'muːvɪŋ] [ðə; ði] [bɜːnd] [krʌst] [frɒm; frəm] [keɪk] [ɔː(r)] [bred] [ðæn; ðən] [ə; eɪ] [flæt] ['greɪtə(r)] .
There is nothing more effective for removing the burned crust from cake or bread than a flat grater .
那里 是 没有什么 更多的 有效的 为了 移除 这 烧伤 地壳 从 蛋糕 或者 面包 比 一个 平坦的 刨丝器 .

去除蛋糕或面包上的焦皮，没有什么比扁平的擦丝器更有效的了。

[ˌaɪ 'tiː] [wɜːks] ['iːvnli] [ænd; ənd] [liːvz] [ə; eɪ] [smuːð] ['sɜːfɪs] .
It works evenly and leaves a smooth surface .
它 作品 均匀地 和 树叶 一个 光滑的 表面 .

它涂抹均匀，表面光滑。

[juːz] [ə; eɪ] ['wʊdn] [pə'teɪtəʊ] ['mæʃə(r)] [fɔː(r); fə(r)] ['stɜːrɪŋ] ['bʌtə(r)] [ænd; ənd] ['ʃʊgə(r)] [tə'geðə(r)] [fɔː(r); fə(r)] [ə; eɪ] [keɪk] .
Use a wooden potato masher for stirring butter and sugar together for a cake .
使用 一个 木制的 土豆 捣碎器 为了 搅拌 黄油 和 糖 一起 为了 一个 蛋糕 .

用木制土豆捣碎器将黄油和糖搅拌在一起做蛋糕。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [mʌtʃ] ['kwɪkə(r)] [ðæn; ðən] [ə; eɪ] [spuːn] .
It is much quicker than a spoon .
它 是 很多 更快 比 一个 勺子 .

比用勺子快得多。

[swɪfts] ['priːmiəm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn] [ɪz] [swiːt] , [pjʊə(r)] , [ænd; ənd] [kliːn] .
Swift's Premium Oleomargarine is sweet , pure , and clean .
斯威夫特的 优质的 人造黄油 是 甜的 , 纯的 , 和 干净的 .

Swift's Premium Oleomargarine 香甜、纯正、干净。

[[peɪdʒ] [eɪt]]
[Page Eight]
[页 八]

[第八页]

['renəˌveɪtɪŋ] [sə'dʒestʃənz]
Renovating Suggestions
翻新 建议

翻新建议

[tuː; tə] [kliːn] [ə; eɪ] ['velvɪt] [suːt] , [spʌndʒ] [ðə; ði] [spɒts] [wɪð] [pjʊə(r)]['ælkəhɒl] .
To clean a velvet suit , sponge the spots with pure alcohol .
到 干净的 一个 天鹅绒 套装 , 海绵 这 地点 和 纯的 酒精 .

清洗天鹅绒西装时，用纯酒精擦拭污渍。

[ðen] [sə'spend] [ðə; ði] [suːt] [ɒn] [ə; eɪ] ['hæŋə(r)] [ɪn] [ðə; ði] ['bɑːθruːm; 'bɑːθrʊm] [ɪn] [sʌtʃ] [ə; eɪ] [wei] [ðæt] [ðə; ði] [eə(r)] [kæn; kən] [riːtʃ] [ɔːl] [saɪdz] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['gɑːmənt] .
Then suspend the suit on a hanger in the bathroom in such a way that the air can reach all sides of the garment .
然后 暂停 这 套装 在 一个 衣架 在 这 浴室 在 这样的 一个 方式 那 这 空气 能 抵达 全部 侧面 的 这 服装 .

然后将西装挂在浴室的衣架上，使空气能够流通到衣服的各个面。

[tɜːn] [ɒn][ðə; ði][hɒt]['wɔːtə(r)][ɪn][ðə; ði][tʌb] [ʌn'tɪl][ðə; ði] [stiːm] [fɪlz] [ðə; ði] [ruːm] ;
Turn on the hot water in the tub until the steam fills the room ;
转动 在 这 热的 水 在 这 浴缸 直到 这 蒸汽 填充 这 房间 ;

打开浴缸里的热水，直到蒸汽充满整个房间；

[ʃʌt] [ðə; ði][dɔː(r)][ænd; ənd] ['wɪndəʊz] ; [ʃʌt] [ɒf] [ðə; ði]['wɔːtə(r)] ,
shut the door and windows ; shut off the water ,
关闭 这 门 和 视窗 ; 关闭 离开 这 水 ,

关好门窗；关掉水源。

[ænd; ənd][let][ðə; ði] [stiːm] [duː; də][ɪts] [wɜːk] [fɔː(r); fə(r)][æn; ən]['aʊə(r)] .
and let the steam do its work for an hour .
和 让 这 蒸汽 做 它是 工作 为了 一个 小时 .

让蒸汽作用一个小时。

[ðen] [əd'mɪt][ðə; ði][eə(r)] , [bʌt; bət][duː; də][nɒt] [tʌtʃ] [ðə; ði] ['gɑːmənt] [ʌn'tɪl][ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['pɜːfɪktli] [draɪ] .
Then admit the air , but do not touch the garment until it is perfectly dry .
然后 承认 这 空气 , 但 做 不是 触碰 这 服装 直到 它 是 完美 干燥 .

然后让空气流通，但在衣物完全干燥之前不要触摸它。

[tuː; tə] [rɪ'muːv] [ʃaɪn] [frɒm; frəm] ['wʊlən] [gʊdz] , [juːz]['dʒent(ə)l]['frɪkʃ(ə)n] [wɪð] ['eməri] ['peɪpə(r)] .
To remove shine from woolen goods , use gentle friction with emery paper .
到 消除 闪耀 从 羊毛 商品 , 使用 温和的 摩擦 和 金刚砂 纸 .

要去除羊毛制品的光泽，可以用砂纸轻轻摩擦。

[rʌb] [dʒʌst] [ɪ'nʌf] [tuː; tə] [reɪz] [ðə; ði][næp] , [ænd; ənd] [ðen] [rʌb] [ˌaɪ 'tiː]['əʊvə(r)] [wɪð] [ə; eɪ] [piːs] [ɒv; əv] [sɪlk] .
Rub just enough to raise the nap , and then rub it over with a piece of silk .
擦 只是 足够的 到 增加 这 午睡 , 和 然后 擦 它 超过 和 一个 片 的 丝绸 .

轻轻摩擦，使绒毛竖起，然后用一块丝绸擦拭。

[tuː; tə] [mend] [kɪd] [glʌvz] , [fɜːst] ['bʌtnhəʊl] [ə'raʊnd] [ðə; ði] [rent] [nɒt] [səʊ] [kləʊz] [æz; əz] [ɪn] [ə; eɪ] ['bʌtnhəʊl] ;
To mend kid gloves , first buttonhole around the rent not so close as in a buttonhole ;
到 修补 孩子 手套 , 第一的 纽扣孔 大约 这 租 不是 所以 关闭 作为 在 一个 纽扣孔 ;

要修补儿童手套，首先要在手套边缘开一个扣眼，但不要像扣眼那样紧贴手套边缘；

[ðen] [ˌəʊvə'kɑːst] , ['teɪkɪŋ] [ʌp] [ðə; ði] [θred] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bʌtnhəʊl] [ɒn][ðə; ði] [edʒ] , [ænd; ənd] [ðen] [drɔː] [tə'geðə(r)] .
then overcast , taking up the thread of the buttonhole on the edge , and then draw together .
然后 灰蒙蒙 , 采取 向上 这 线 的 这 纽扣孔 在 这 边缘 , 和 然后 画 一起 .

然后进行包缝，挑起边缘的扣眼线，然后收紧。

[tuː; tə] [kliːn] [menz] [kəʊt] ['kɒləz] , [rʌb] [wɪð] [ə; eɪ] [blæk] ['stɒkɪŋ] ['sætʃəreɪtɪd] [wɪð] [greɪn] ['ælkəhɒl] .
To clean men's coat collars , rub with a black stocking saturated with grain alcohol .
到 干净的 男士 外套 项圈 , 擦 和 一个 黑色的 袜 饱和 和 粮食 酒精 .

要清洁男士外套领子，可以用浸透了食用酒精的黑色长筒袜擦拭。

[ðɪs] [wɪl] [rɪ'muːv] [ðə; ði] ['griːsi] [lʊk] .
This will remove the greasy look .
这 将要 消除 这 腻 看 .

这样可以去除油腻感。

[tuː; tə] ['freʃn] [ə; eɪ] [θɪn] [dres] ,
To freshen a thin dress ,
到 清新 一个 薄的 裙子 ,

为了让一件薄裙子看起来更清爽，

[dɪ'zɒlv] [tuː] ['tiːspuːn,ful] [ɒv; əv] [ɪ'læstɪk] [stɑːtʃ] [ɪn] [hɑːf] [ə; eɪ] ['kʌpfʊl] [ɒv; əv] [ˌluːk'wɔːm] ['wɔːtə(r)] ,
dissolve two teaspoonfuls of elastic starch in half a cupful of lukewarm water ,
溶解 二 茶匙 的 松紧带 淀粉 在 一半 一个 一杯 的 温 水 ,

将两茶匙弹性淀粉溶解在半杯温水中，

[ænd; ənd] [wɪð] [ə; eɪ] [sɒft] [ræg] ['dæmpən] [ɒn] [ðə; ði] [raɪt] [saɪd] ,
and with a soft rag dampen on the right side ,
和 和 一个 柔软的 抹布 挫伤 在 这 正确的 边 ,

用一块柔软的湿布擦拭右侧，

[ðen] [wɪð] [ə; eɪ] [hɒt] ['aɪən] [pres] [ɒn] [ðə; ði] [rɒŋ] [saɪd] .
then with a hot iron press on the wrong side .
然后 和 一个 热的 铁 按 在 这 错误的 边 .

然后用热熨斗熨烫反面。

[tuː; tə] [kliːn] [griːs] [spɒts] [frɒm; frəm] [sɪlk] ,
To clean grease spots from silk ,
到 干净的 润滑脂 地点 从 丝绸 ,

去除丝绸上的油渍

[splɪt] [ə; eɪ] ['vɪzɪtɪŋ] [kɑːd] [ænd; ənd] [rʌb] [ðə; ði] [sɒft] [ɪn'tɜːn(ə)l] [pɑːt] [ɒn] [ðə; ði] [spɒt] [ɒn] [ðə; ði] [rɒŋ] [saɪd] [ɒv; əv] [ðə; ði] [sɪlk] .
split a visiting card and rub the soft internal part on the spot on the wrong side of the silk .
分裂 一个 访问 卡片 和 擦 这 柔软的 内部的 部分 在 这 点 在 这 错误的 边 的 这 丝绸 .

将名片撕开，用柔软的内层摩擦丝绸反面的污渍处。

[ðə; ði] [spɒt] [wɪl] [ˌdɪsə'pɪə(r)] [wɪ'ðaʊt] ['teɪkɪŋ] [ðə; ði] [glɒs] [ɒf] [ðə; ði] [sɪlk] .
The spot will disappear without taking the gloss off the silk .
这 点 将要 消失 没有 采取 这 光泽 离开 这 丝绸 .

污渍会消失，而且不会使丝绸失去光泽。

[tuː; tə] [mend] [leɪs] ['kɜːtənz] , [teɪk] [ə; eɪ] [smɔːl] [piːs] [ɒv; əv] [net] ,
To mend lace curtains , take a small piece of net ,
到 修补 蕾丝 窗帘 , 拿 一个 小的 片 的 网 ,

要修补蕾丝窗帘，取一小块网布，

[dɪp] [ˌaɪ 'tiː] [ænd; ənd] [ðə; ði] ['kɜːtənz] [ɪn] [hɒt] [stɑːtʃ] , [ænd; ənd] [ə'plai] [ðə; ði] [pætʃ] ['əʊvə(r)] [ðə; ði] [həʊl] .
dip it and the curtains in hot starch , and apply the patch over the hole .
蘸 它 和 这 窗帘 在 热的 淀粉 , 和 申请 这 修补 超过 这 洞 .

将补丁和窗帘一起浸入热淀粉中，然后将补丁贴在破洞上。

[ðə; ði] [pætʃ] [wɪl] [əd'hɪə(r)] [wen] [draɪ] ,
The patch will adhere when dry ,
这 修补 将要 粘着 什么时候 干燥 ,

贴片干燥后即可粘附。

[ænd; ənd] [ðə; ði] [rɪ'peə(r)] [wɪl] [ʃəʊ] [mʌtʃ] [les] [ðæn; ðən] [ɪf] [ðə; ði] ['kɜːtənz] [wɜː(r); wə(r)] ['mendɪd] .
and the repair will show much less than if the curtains were mended .
和 这 维修 将要 展示 很多 较少的 比 如果 这 窗帘 是 已修复 .

而且修补后的痕迹会比缝补后的窗帘明显得多。

[tuː; tə] [rɪ'njuː] [veɪlz] , [dɪp] [ðem; ðəm] [ɪn] [gʌm] - ['ærəbɪk] ['wɔːtə(r)] ,
To renew veils , dip them in gum - arabic water ,
到 更新 面纱 , 蘸 他们 在 胶 - 阿拉伯 水 ,

要使面纱焕然一新，将其浸入阿拉伯胶水中。

[ænd; ənd] [pɪn] [ðem; ðəm] [aʊt] [tuː; tə] [draɪ] [æz; əz] [juː; jʊ] [wʊd] [ə; eɪ] [leɪs] ['kɜːt(ə)n] .
and pin them out to dry as you would a lace curtain .
和 别针 他们 出去 到 干燥 作为 你 会 一个 蕾丝 窗帘 .

然后像晾晒蕾丝窗帘一样，用别针固定晾干。

[wen] [draɪ] [ðeɪ] [wɪl] [lʊk] [laɪk] [njuː] .
When dry they will look like new .
什么时候 干燥 他们 将要 看 喜欢 新的 .

晾干后它们看起来就像新的一样。

[tuː; tə] ['freʃn] [blæk] ['tæfɪtə] [ɔː(r)]['sætɪn] ,
To freshen black taffeta or satin ,
到 清新 黑色的 塔夫绸 或者 缎 ,

为了使黑色塔夫绸或缎子焕然一新，

[spʌndʒ] [wɪð] [ə; eɪ] ['kʌpfʊl] [ɒv; əv] [strɒŋ] [tiː] [tuː; tə] [wɪtʃ] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [ə'məʊniə] [hæz; həz] [biːn] ['ædɪd] .
sponge with a cupful of strong tea to which a little ammonia has been added .
海绵 和 一个 一杯 的 强的 茶 到 哪个 一个 小的 氨 有 到过 额外 .

用一杯加了少许氨水的浓茶浸湿海绵。

[ðen] [pres] [ɒn][ðə; ði] [rɒŋ] [saɪd]['əʊvə(r)][ə; eɪ][dæmp] [klɒθ] .
Then press on the wrong side over a damp cloth .
然后 按 在 这 错误的 边 超过 一个 潮湿 布 .

然后隔着湿布按压反面。

[tuː; tə] [rɪ'muːv] [ˌpɜːspə'reɪʃn] [steɪnz] , [leɪ] [ðə; ði] [steɪn] ['əʊvə(r)] [kliːn] [waɪt] ['blɒtɪŋ] - ['peɪpə(r)] ,
To remove perspiration stains , lay the stain over clean white blotting - paper ,
到 消除 汗 污渍 , 躺 这 弄脏 超过 干净的 白色的 印迹法 - 纸 ,

要去除汗渍，将污渍放在干净的白色吸水纸上。

[ænd; ənd] [spʌndʒ] [wɪð] ['iːkwəl] [pɑːts] [ɒv; əv]['ælkəhɒl][ænd; ənd]['iːθə(r)] [mɪkst] .
and sponge with equal parts of alcohol and ether mixed .
和 海绵 和 平等的 部分 的 酒精 和 醚 混合 .

用等量的酒精和乙醚混合物浸湿海绵。

[rʌb] [draɪ] , [ðen] [tʌtʃ] ['laɪtli] [wɪð] ['haʊshəʊld] [ə'məʊniə] .
Rub dry , then touch lightly with household ammonia .
擦 干燥 , 然后 触碰 轻轻 和 家庭 氨 .

擦干后，用家用氨水轻轻涂抹。

[ɪf] [ðɪs] [liːvz] [ə; eɪ][blɜː(r)] , [rʌb] [wel] [wɪð] ['paʊdəd] [frentʃ] [tʃɔːk] [ɒn][ðə; ði] [rɒŋ] [saɪd] .
If this leaves a blur , rub well with powdered French chalk on the wrong side .
如果 这 树叶 一个 模糊 , 擦 出色地 和 粉末状 法语 粉笔 在 这 错误的 边 .

如果这样会留下模糊的痕迹，请在背面用法国粉笔粉充分擦拭。

[ðə; ði] ['blɒtɪŋ] - ['peɪpə(r)] [prɪ'vents] [ðə; ði][fl'uːɪdz][frɒm; frəm] ['fɔːmɪŋ] [ə; eɪ] [rɪŋ] [ə'raʊnd] [ðə; ði][spɒt] .
The blotting - paper prevents the fluids from forming a ring around the spot .
这 印迹法 - 纸 阻止 这 液体 从 成型 一个 戒指 大约 这 点 .

吸水纸可以防止液体在污渍周围形成环状痕迹。

[[peɪdʒ] [naɪn]]
[Page Nine]
[页 九]

[第九页]

[haʊs] - ['kliːnɪŋ] [hɪnts] [ænd; ənd] [helps]
House - Cleaning Hints and Helps
房子 - 打扫 提示 和 帮助

家务清洁小贴士和技巧

[tuː; tə] [kliːn] ['lɪnɪn] [ʃeɪdz] , [leɪ] [ðem; ðəm] [flæt] [ænd; ənd] [rʌb] [wɪð] ['paʊdəd] [bæθ.bɑːθ] - [brɪk] .
To clean linen shades , lay them flat and rub with powdered bath - brick .
到 干净的 亚麻布 色调 , 躺 他们 平坦的 和 擦 和 粉末状 洗澡 - 砖 .

清洁亚麻灯罩时，将其平铺，用浴砖粉擦拭。

[tuː; tə] [kliːn] [pi'ænəʊ] [kiːz] , [rʌb] [wɪð] ['mʌzlɪn] [dip] [ɪn]['ælkəhɒl] .
To clean piano keys , rub with muslin dipped in alcohol .
到 干净的 钢琴 钥匙 , 擦 和 细棉布 浸入 在 酒精 .

清洁钢琴键时，用蘸了酒精的棉布擦拭。

[ɪf] [ðə; ði] [kiːz] [ɑː(r); ə(r)] ['veri] ['jeləʊ] , [juːz][ə; eɪ] [piːs] [ɒv; əv] ['flænl] ['mɔɪsnd] [wɪð] [kə'ləʊn]
If the keys are very yellow , use a piece of flannel moistened with cologne
如果 这 钥匙 是 非常 黄色的 , 使用 一个 片 的 绒布 湿润 和 科隆
['wɔːtə(r)] .
water .
水 .

如果钥匙发黄很厉害，可以用一块蘸了香水水的法兰绒擦拭。

[tuː; tə] [kliːn] [bʊks] [wɪð] ['delɪkət] ['baɪndɪŋz] , [wɪtʃ] [ɑː(r); ə(r)] [sɔɪld] [frɒm; frəm] ['hændlɪŋ] ,
To clean books with delicate bindings , which are soiled from handling ,
到 干净的 图书 和 精美的 绑定 , 哪个 是 脏的 从 处理 ,

清洁装订精细、因翻阅而沾染污渍的书籍，

[rʌb] [wɪð] ['ʃæmwɑː] [skɪn] [dip] [ɪn] ['paʊdəd] ['pʌmɪs] [stəʊn] .
rub with chamois skin dipped in powdered pumice stone .
擦 和 麂皮 皮肤 浸入 在 粉末状 浮石 石头 .

用蘸过浮石粉的麂皮擦拭。

[tuː; tə] [rɪ'stɔː(r)] [strɔː] ['mætɪŋ] [wɪtʃ] [hæz; həz] [bɪ'kʌm] [steɪnd] [ɔː(r)]['feɪdɪd] ,
To restore straw matting which has become stained or faded ,
到 恢复 稻草 垫子 哪个 有 变得 染色 或者 褪色 ,

修复已沾染污渍或褪色的稻草席，

[wɒʃ] [wɪð] [ə; eɪ] [strɒŋ] [sə'luːʃ(ə)n][ɒv; əv]['səʊdə]['wɔːtə(r)] .
wash with a strong solution of soda water .
洗 和 一个 强的 解决方案 的 苏打 水 .

用浓苏打水溶液清洗。

[juːz]['ɔːd(ə)n(ə)ri] ['beɪkɪŋ] ['səʊdə][ænd; ənd] ['plenti] [ɒv; əv] [swɪfts] [praɪd] [səʊp] [ænd; ənd] [wɒʃ]
Use ordinary baking soda and plenty of Swift's Pride Soap and wash
使用 普通的 烘烤 苏打 和 很多 的 斯威夫特的 自豪 肥皂 和 洗
['θʌrəli] ,
thoroughly ,
彻底 ,

使用普通小苏打和大量Swift's Pride肥皂彻底清洗。

[ænd; ənd] [wen] [draɪ][ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [biː; bi] [faʊnd] [ðæt] [ðə; ði] [spɒts] [hæv; həv] [ɔːl] [dɪsə'pɪəd] [ænd; ənd]
and when dry it will be found that the spots have all disappeared and
和 什么时候 干燥 它 将要 是 成立 那 这 地点 有 全部 消失 和
[ðə; ði] ['mætɪŋ] [ɪz][ɔːl][wʌn]['kʌlə(r)] .
the matting is all one color .
这 垫子 是 全部 一 颜色 .

干燥后会发现斑点全部消失了，垫子变成了一种颜色。

[tuː; tə] [kliːn] [glɑːs] [vɑːzɪs] ,
To clean glass vases ,
到 干净的 玻璃 花瓶 ,

清洗玻璃花瓶时，

[tiː] - [liːvz] ['mɔɪsnd] [wɪð] ['vɪnɪgə(r)] [wɪl] [rɪ'muːv] [ðə; ði] [dɪsˌkʌlə'reɪʃn] [ɪn] [glɑːs] [vɑːzɪs] [kɔːzd] [baɪ]
tea - leaves moistened with vinegar will remove the discoloration in glass vases caused by
茶 - 树叶 湿润 和 醋 将要 消除 这 变色 在 玻璃 花瓶 导致 经过
['flaʊəz] , [sʌtʃ] [æz; əz]['æstə(r)] .
flowers , such as asters .
花朵 , 这样的 作为 紫菀 .

用醋浸湿的茶叶可以去除玻璃花瓶中因鲜花（如紫菀）造成的变色。

[tuː; tə] [kliːn] ['wɪndəʊz] [ænd; ənd] ['mɪrər] , [rʌb] [ðem; ðəm] ['əʊvə(r)] [wɪð] [θɪn] [kəʊld] [stɑːtʃ] , [let] [ˌaɪ 'tiː]
To clean windows and mirrors , rub them over with thin cold starch , let it
到 干净的 视窗 和 镜子 , 擦 他们 超过 和 薄的 寒冷的 淀粉 , 让 它
[draɪ] [ɒn] ,
dry on ,
干燥 在 ,

清洁窗户和镜子时，用稀释的冷淀粉擦拭，让其自然干燥。

[ænd; ənd] [ðen] [waɪp] [ɒf] [wɪð] [ə; eɪ] [sɒft] [klɒθ] .
and then wipe off with a soft cloth .
和 然后 擦拭 离开 和 一个 柔软的 布 .

然后用软布擦拭干净。

[ðɪs] [wɪl] [kliːn] [ðə; ði] [glɑːs] [ænd; ənd] ['ɔːlsəʊ] [gɪv] [ˌaɪ 'tiː] [ə; eɪ] ['brɪliənt] ['pɒlɪʃ] .
This will clean the glass and also give it a brilliant polish .
这 将要 干净的 这 玻璃 和 还 给 它 一个 杰出的 抛光 .

这样既能清洁玻璃，又能使其光亮如新。

[tuː; tə] [rɪ'muːv] [peɪnt] [frɒm; frəm] ['wɪndəʊ] [glɑːs] , [juːz] [strɒŋ] [hɒt] ['vɪnɪgə(r)] .
To remove paint from window glass , use strong hot vinegar .
到 消除 画 从 窗户 玻璃 , 使用 强的 热的 醋 .

要去除窗户玻璃上的油漆，可以使用浓热的醋。

[tuː; tə] [rɪ'muːv] [waɪt] [spɒts] [frɒm; frəm] ['fɜːnɪtʃə(r)] , [rʌb] [fɜːst] [wɪð] [ɔɪl] , [ænd; ənd] [ðen] [wɪð] ['slaɪtli]
To remove white spots from furniture , rub first with oil , and then with slightly
到 消除 白色的 地点 从 家具 , 擦 第一的 和 油 , 和 然后 和 轻微地
[daɪ'luːtɪd] ['ælkəhɒl] .
diluted alcohol .
稀 酒精 .

要去除家具上的白色斑点，先用油擦拭，再用稀释过的酒精擦拭。

[tuː; tə] [rɪ'muːv] [steɪnz] [frɒm; frəm] [æn; ən] [ɪ'næməld] ['sɔːspən] , [fɪl] [wɪð] ['wɔːtə(r)] , [ˌeɪ diː 'diː] [ə; eɪ]
To remove stains from an enameled saucepan , fill with water , add a
到 消除 污渍 从 一个 珐琅 平底锅 , 充满 和 水 , 添加 一个
['lɪt(ə)l] ['klɔːraɪd] [ɒv; əv] [laɪm] ,
little chloride of lime ,
小的 氯化物 的 酸橙 ,

要去除搪瓷锅上的污渍，加水，加入少量氯化钙。

[ænd; ənd] [bɔɪl] [fɔː(r); fə(r)] [ə; eɪ] [fjuː] ['mɪnɪts] .
and boil for a few minutes .
和 熬 为了 一个 很少 分钟 .

煮沸几分钟。

[tuː; tə] [kliːn] ['wɪləʊ] - [weə(r)] , [wɒʃ] [wɪð] [sɔːlt] ['wɔːtə(r)] , ['juːzɪŋ] [ə; eɪ] [brʌʃ] .
To clean willow - ware , wash with salt water , using a brush .
到 干净的 柳 - 仓库 , 洗 和 盐 水 , 使用 一个 刷子 .

清洗柳条器皿时，用盐水和刷子清洗。

[tuː; tə] ['pɒlɪʃ] [ðə; ði] ['gləʊbz] [ɒv; əv] [gæs] [ænd; ənd] [ɪ'lektrɪk] - [lait] ['fɪkstʃər] ,
To polish the globes of gas and electric - light fixtures ,
到 抛光 这 地球仪 的 气体 和 电的 - 光 固定装置 ,

擦亮煤气灯和电灯灯具的灯罩，

[wɒʃ] [wɪð] ['wɔːtə(r)] [ɪn] [wɪtʃ] [ə; eɪ] [fjuː] [drɒps] [ɒv; əv] [ə'məʊniə] [hæv; həv] [biːn] [dɪ'zɒlvd] .
wash with water in which a few drops of ammonia have been dissolved .
洗 和 水 在 哪个 一个 很少 滴 的 氨 有 到过 溶解 .

用溶解了几滴氨水的清水清洗。

[tuː; tə] [kliːn] ['taɪlɪŋ] , [waɪp] [wɪð] [ə; eɪ] [sɒft] [klɒθ] [rʌŋ] [aʊt] [ɪn] ['səʊpi] ['wɔːtə(r)] .
To clean tiling , wipe with a soft cloth wrung out in soapy water .
到 干净的 平铺 , 擦拭 和 一个 柔软的 布 拧干 出去 在 肥皂泡 水 .

清洁瓷砖时，用蘸了肥皂水拧干的软布擦拭。

['nevə(r)] [skrʌb] ['taɪlɪŋ] ,
Never scrub tiling ,
绝不 擦洗 平铺 ,

切勿擦洗瓷砖。

[æz; əz] ['skrʌbɪŋ] [ɔː(r)][ðə; ði][juːz][ɒv; əv] [mʌtʃ] ['wɔːtə(r)] [wɪl] [ɪ'ventʃuəli] ['luːs(ə)n][ðə; ði] [sɪ'ment]
as scrubbing or the use of much water will eventually loosen the cement
作为 擦洗 或者 这 使用 的 很多 水 将要 最终 松开 这 水泥
[ænd; ənd] [dɪs'lɒdʒ] [ðə; ði] ['sekʃənz] .
and dislodge the sections .
和 松动 这 部分 .

因为擦洗或使用大量水最终会使水泥松动，并使各部分脱落。

[tuː; tə] ['braɪt(ə)n] ['nɪk(ə)l] ['trɪmɪŋz] [ɒn][ə; eɪ][gæs] [stəʊv] , [wɒʃ] [wɪð] [wɔːm] ['wɔːtə(r)] ,
To brighten nickel trimmings on a gas stove , wash with warm water ,
到 提亮 镍 装饰 在 一个 气体 火炉 , 洗 和 温暖的 水 ,

要使燃气灶上的镍制装饰件光亮如新，请用温水清洗。

[ɪn] [wɪtʃ] [tuː] ['teibl,spuːnful] [ɒv; əv] ['kerəsiːn] [hæv; həv] [biːn] [stɜːd] .
in which two tablespoonfuls of kerosene have been stirred .
在 哪个 二 汤匙 的 煤油 有 到过 搅拌 .

其中已搅拌了两汤匙煤油。

[tuː; tə] [seɪv] ['dʌstɪŋ] ,
To save dusting ,
到 节省 除尘 ,

为了节省除尘工作，

[ə; eɪ] [piːs] [ɒv; əv] [tʃiːz] [klɒθ] [ə'baʊt] [tuː] [jɑːrdz] [lɒŋ] [pleɪst] [ɒn][ðə; ði][flɔː(r)][ɪn][ə; eɪ] ['freʃli]
a piece of cheese cloth about two yards long placed on the floor in a freshly
一个 片 的 奶酪 布 关于 二 码 长的 放置 在 这 地面 在 一个 新鲜的
[swept] [ruːm] [wɪl] [seɪv] [mʌtʃ] [ɒv; əv][ðə; ði]['juːʒuəl] ['dʌstɪŋ] .
swept room will save much of the usual dusting .
扫荡 房间 将要 节省 很多 的 这 通常 除尘 .

在刚打扫过的房间地板上铺一块大约两码长的粗棉布，就能省去很多日常除尘工作。

[[peɪdʒ] [ten]]
[Page Ten]
[页 十]

【第十页】

['lɔːndri] [helps]
Laundry Helps
洗衣店 帮助

洗衣助手

[ə; eɪ] [fjuː] [sents] - [wɜːθ] [ɒv; əv] ['paʊdəd] ['ɒrɪs] - [ruːt] [pʊt] [ɪn][ðə; ði] [wɒʃ] ['wɔːtə(r)] [wɪl] [ɪm'pɑːt] [ə; eɪ]
A few cents ' worth of powdered orris - root put in the wash water will impart a
一个 很少 分 - 值得 的 粉末状 鸢尾 - 根 放 在 这 洗 水 将要 传授 一个
['delɪkət] ['əʊdə(r)][tuː; tə][ðə; ði] [kləʊðz] .
delicate odor to the clothes .
精美的 气味 到 这 衣服 .

在洗衣水中加入几分钱的鸢尾根粉，就能使衣物散发出淡淡的香味。

[hɒt] [mɪlk] [ɪz]['betə(r)][ðæn; ðən] [hɒt]['wɔːtə(r)][tuː; tə] [rɪ'muːv] [fruːt] [steɪnz] .
Hot milk is better than hot water to remove fruit stains .
热的 牛奶 是 更好的 比 热的 水 到 消除 水果 污渍 .

热牛奶比热水更能去除水果渍。

[tuː; tə] [rɪ'muːv] [spɒts] [frɒm; frəm] ['gɪŋəm] , [wet] [wɪð] [mɪlk] [ænd; ənd]['kʌvə(r)] [wɪð] ['kɒmən] [sɔːlt] .
To remove spots from gingham , wet with milk and cover with common salt .
到 消除 地点 从 格子布 , 湿的 和 牛奶 和 覆盖 和 常见的 盐 .

要去除格子布上的污渍，先用牛奶浸湿，再撒上食盐。

[liːv] [fɔː(r); fə(r)] [tuː] ['aʊəz] , [ðen] [rɪns] ['θʌrəli] .
Leave for two hours , then rinse thoroughly .
离开 为了 二 小时 , 然后 冲洗 彻底 .

静置两小时后，彻底冲洗干净。

[ɪn] ['wɒʃɪŋ] [waɪt] [gʊdz] [ðæt] [hæv; həv] [bɪ'kʌm] ['jeləʊ] , [pʊt] [ə; eɪ] [fjuː] [drɒps] [ɒv; əv] ['tɜːpəntaɪn]
In washing white goods that have become yellow , put a few drops of turpentine
在 洗涤 白色的 商品 那 有 变得 黄色的 , 放 一个 很少 滴 的 松节油
['ɪntuː][ðə; ði]['wɔːtə(r)] ,
into the water ,
进入 这 水 ,

清洗泛黄的白色家电时，在水中加入几滴松节油。

[ðen] [leɪ] [ɒn][ðə; ði] [grɑːs] [tuː; tə][draɪ][ɪn][ðə; ði] [strɒŋ] ['sʌnʃaɪn] .
then lay on the grass to dry in the strong sunshine .
然后 躺 在 这 草 到 干燥 在 这 强的 阳光 .

然后平铺在草地上，在强烈的阳光下晒干。

[tuː; tə] [meɪk] [wɒʃ] [sɪlk] [lʊk] [laɪk] [njuː] ,
To make wash silk look like new ,
到 制作 洗 丝绸 看 喜欢 新的 ,

为了让洗过的丝绸看起来像新的一样，

[pʊt] [ə; eɪ] ['teɪblˌspuːnfʊl] [ɒv; əv] [wʊd] ['ælkəhɒl][tuː; tə] ['evri] [kwɔːt] [ɒv; əv]['wɔːtə(r)] [wen] ['rɪnsɪŋ]
put a tablespoonful of wood alcohol to every quart of water when rinsing
放 一个 一汤匙 的 木头 酒精 到 每一个 夸脱 的 水 什么时候 漂洗
[ænd; ənd]['aɪən] [waɪl] [stɪl] [dæmp] .
and iron while still damp .
和 铁 尽管 仍然 潮湿 .

漂洗时，每夸脱水中加入一汤匙木醇，趁湿熨烫。

[wen] ['wɒʃɪŋ] , [ɪf] [ðə; ði]['ɑːtɪk(ə)l][ɪz]['bædli] [sɔɪld] ,
When washing , if the article is badly soiled ,
什么时候 洗涤 , 如果 这 文章 是 糟糕 脏的 ,

清洗时，如果衣物污渍严重，

[juːz][ə; eɪ] [smɔːl] ['skrʌbɪŋ] [brʌʃ] [ænd; ənd] [skrʌb] [ðə; ði] [gʊdz] ['əʊvə(r)][ðə; ði] ['wɒʃbɔːd] .
use a small scrubbing brush and scrub the goods over the washboard .
使用 一个 小的 擦洗 刷子 和 擦洗 这 商品 超过 这 搓板 .

使用小刷子在搓衣板上擦洗衣物。

[tuː; tə] [set] [griːn] [ɔː(r)] [bluː] , [məʊv] [ɔː(r)]['pɜːp(ə)l] ,
To set green or blue , mauve or purple ,
到 放 绿色的 或者 蓝色的 , 淡紫色 或者 紫色的 ,

设置绿色或蓝色、淡紫色或紫色

[səʊk] [ðə; ði]['ɑːtɪk(ə)lz][fɔː(r); fə(r)][æt; ət] [liːst] [ten] ['mɪnɪts] [ɪn]['æləm]['wɔːtə(r)][bɪ'fɔː(r)] ['wɒʃɪŋ] [ðem; ðəm]
soak the articles for at least ten minutes in alum water before washing them
浸泡 这 文章 为了 在 至少 十 分钟 在 明矾 水 前 洗涤 他们
.
.
.

清洗前，先将衣物浸泡在明矾水中至少十分钟。

[juːz] [æn; ən] [aʊns] [ɒv; əv]['æləm][tuː; tə][ə; eɪ]['gælən][ɒv; əv]['wɔːtə(r)] .
Use an ounce of alum to a gallon of water .
使用 一个 盎司 的 明矾 到 一个 加仑 的 水 .

一盎司明矾兑一加仑水。

[tuː; tə][set] [braʊn] [ɔː(r)] [tæn] ['kʌlə(r)] ,
To set brown or tan color ,
到 放 棕色的 或者 棕褐色 颜色 ,

要染成棕色或褐色，

[səʊk] [fɔː(r); fə(r)] [ten] ['mɪnɪts] [ɪn] [ə; eɪ] [sə'luːʃ(ə)n] [meɪd] [ɒv; əv] [ə; eɪ] ['kʌpfʊl] [ɒv; əv] ['vɪnɪgə(r)] [ɪn] [ə; eɪ] [peɪl] [ɒv; əv] ['wɔːtə(r)] .
soak for ten minutes in a solution made of a cupful of vinegar in a pail of water .
浸泡 为了 十 分钟 在 一个 解决方案 制成 的 一个 一杯 的 醋 在 一个 桶 的 水 .

将物品浸泡在由一杯醋兑一桶水制成的溶液中十分钟。

[blæk] [gʊdz] [ænd; ənd] [blæk] - [ænd; ənd] - [waɪt] [gʊdz] [niːd] [tuː; tə] [biː; bi] [səʊkt] [ɪn] [strɒŋ] [sɔːlt] ['wɔːtə(r)] ,
Black goods and black - and - white goods need to be soaked in strong salt water ,
黑色的 商品 和 黑色的 - 和 - 白色的 商品 需要 到 是 浸泡过 在 强的 盐 水 ,

黑色家电和黑白相间的家电需要用浓盐水浸泡。

[ɔː(r)] [tuː; tə] [hæv; həv] [ə; eɪ] ['kʌpfʊl] [ɒv; əv] ['tɜːpəntaɪn] [pʊt] ['ɪntuː] [ðə; ði] [wɒʃ] ['wɔːtə(r)] .
or to have a cupful of turpentine put into the wash water .
或者 到 有 一个 一杯 的 松节油 放 进入 这 洗 水 .

或者在洗涤水中加入一杯松节油。

['jeloʊz] , [bʌfs] , [ænd; ənd] [tænz] [ɑː(r); ə(r)] [meɪd] [mʌtʃ] [braɪtə] [baɪ] ['hævɪŋ] [ə; eɪ] ['kʌpfʊl] [ɒv; əv] [strɒŋ] ,
Yellows , buffs , and tans are made much brighter by having a cupful of strong ,
黄色 , 增益 , 和 棕褐色 是 制成 很多 更亮 经过 拥有 一个 一杯 的 强的 ,

加入一杯浓烈的……能使黄色、浅褐色和棕褐色变得更加明亮。

[streɪnd] ['kɒfi] [pʊt] [ɪn] [ðə; ði] ['rɪnsɪŋ] ['wɔːtə(r)] .
strained coffee put in the rinsing water .
紧张 咖啡 放 在 这 漂洗 水 .

将滤过的咖啡放入冲洗水中。

[wen] ['aɪənɪŋ] [faɪn] ['piːsɪz] , [ɪn'sted] [ɒv; əv] ['sprɪŋklɪŋ] [ə'freʃ] , [teɪk] [ə; eɪ] [piːs] [ɒv; əv] ['mʌzlɪn] ,
When ironing fine pieces , instead of sprinkling afresh , take a piece of muslin ,
什么时候 熨烫 美好的 件 , 反而 的 洒 重新 , 拿 一个 片 的 细棉布 ,

熨烫精细衣物时，不要重新撒上新的熨斗，而是取一块棉布。

[rɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [aʊt] [ɪn] [kəʊld] ['wɔːtə(r)] , [ænd; ənd] [leɪ] [ɒn] [ðə; ði] ['aɪənɪŋ] [bɔːd] ['ʌndə(r)] [ðə; ði] ['ɑːtɪk(ə)l] ;
wring it out in cold water , and lay on the ironing board under the article ;
拧 它 出去 在 寒冷的 水 , 和 躺 在 这 熨烫 木板 在下面 这 文章 ;

用冷水拧干，然后放在熨衣板下面；

[pres] [wɪð] [ə; eɪ] [wɔːm] ['aɪən] ; [rɪ'muːv] [ðə; ði] [wet] [piːs] [ænd; ənd] ['aɪən] .
press with a warm iron ; remove the wet piece and iron .
按 和 一个 温暖的 铁 ; 消除 这 湿的 片 和 铁 .

用温热的熨斗熨烫；取下湿布并熨烫。

[wen] ['meɪkɪŋ] [stɑːtʃ] [fɔː(r); fə(r)] [laɪt] [kləʊðz] [juːz] [wʊl] [səʊp] [ɪn] [ðə; ði] ['wɔːtə(r)] .
When making starch for light clothes use Wool Soap in the water .
什么时候 制作 淀粉 为了 光 衣服 使用 羊毛 肥皂 在 这 水 .

制作浅色衣物的淀粉时，请在水中加入羊毛皂。

[ðɪs] [wɪl] [gɪv] [ðə; ði] [kləʊðz] [ə; eɪ] ['glɒsi] [ə'pɪərəns] [ænd; ənd] [ðə; ði] ['aɪənz] [wɪl] [nɒt] [stɪk] .
This will give the clothes a glossy appearance and the irons will not stick .
这 将要 给 这 衣服 一个 光滑 外貌 和 这 熨斗 将要 不是 戳 .

这样可以使衣服表面光滑有光泽，熨斗也不会粘在上面。

['bædli] [skɔːtʃt] ['lɪnɪn] [meɪ] [biː; bi] [ɪm'pruːvd] [baɪ] ['juːzɪŋ] [ðə; ði] ['fɒləʊɪŋ] [sə'luːʃ(ə)n] :
Badly scorched linen may be improved by using the following solution :
糟糕 烧焦的 亚麻布 可能 是 改进 经过 使用 这 下列的 解决方案 :

严重烧焦的亚麻布可以通过以下方法改善：

[bɔɪl] [tə'geðə(r)] [wel] [ə; eɪ][paɪnt][ɒv; əv]['vɪnɪgə(r)] , [æn; ən] [aʊns] [ɒv; əv] [wʊl] [səʊp] , [fɔː(r)] ['aʊnsɪz] [ɒv; əv] ['fʊlərz] [ɜːθ] ,

Boil together well a pint of vinegar , an ounce of Wool Soap , four ounces of fuller's earth ,

熬 一起 出色地 一个 品脱 的 醋 , 一个 盎司 的 羊毛 肥皂 , 四 盎司 的 富勒 地球 ,

将一品脱醋、一盎司羊毛皂、四盎司漂白土充分煮沸。

[ænd; ənd][ðə; ði][dʒuːs][ɒv; əv] [tuː] ['ʌnjənz] .

and the juice of two onions .

和 这 汁 的 二 洋葱 .

以及两个洋葱的汁。

[spred] [ðɪs] [sə'luːʃ(ə)n]['əʊvə(r)][ðə; ði] [skɔːtʃt] [spɒts] [ɒn][ðə; ði] ['lɪnɪn] [ænd; ənd] [let] [ˌaɪ 'tiː][draɪ] .

Spread this solution over the scorched spots on the linen and let it dry .

传播 这 解决方案 超过 这 烧焦的 地点 在 这 亚麻布 和 让 它 干燥 .

将此溶液涂抹在亚麻布上的焦斑处，然后晾干。

['ɑːftəwəd] [wɒʃ] [ðə; ði] ['gɑːmənt] [ænd; ənd][ðə; ði] [skɔːtʃ] [wɪl] [ˌdɪsə'pɪə(r)] .

Afterward wash the garment and the scorch will disappear .

之后 洗 这 服装 和 这 烧焦 将要 消失 .

之后清洗衣物，焦痕就会消失。

[tuː; tə] [kiːp] [ðə; ði] [kləʊðz] - [laɪn][frɒm; frəm] ['twɪstɪŋ] ,

To keep the clothes - line from twisting ,

到 保持 这 衣服 - 线 从 扭曲 ,

为了防止晾衣绳扭曲，

[həʊld][ðə; ði][bɔːl][ɒv; əv][rəʊp][ɪn][wʌn][hænd][ænd; ənd][wɪnd] [wɪð] [ðə; ði]['ʌðə(r)][ʌn'tɪl][ə; eɪ] [twɪst] [ə'pɪəz] ;

hold the ball of rope in one hand and wind with the other until a twist appears ;

抓住 这 球 的 绳索 在 一 手 和 风 和 这 其他 直到 一个 捻 出现 ;

一手握住绳球，另一手缠绕，直到绳子出现一个扭结；

[ðen] [tʃeɪndʒ] [bɔːl] [tuː; tə][ðə; ði]['ʌðə(r)][hænd][ænd; ənd][ðə; ði] [twɪst] [wɪl] [ˌdɪsə'pɪə(r)] .

then change ball to the other hand and the twist will disappear .

然后 改变 球 到 这 其他 手 和 这 捻 将要 消失 .

然后把球换到另一只手里，扭转现象就会消失。

[kiːp] ['duːɪŋ] [ðɪs] ,

Keep doing this ,

保持 正在做 这 ,

继续这样做。

['tʃeɪndʒɪŋ] [ðə; ði] [rəʊp] [frɒm; frəm][wʌn][hænd][tuː; tə][ðə; ði]['ʌðə(r)] [ʌn'tɪl] [ðə; ði][laɪn][ɪz][ɔːl] [wuːnd] [ʌp] .

changing the rope from one hand to the other until the line is all wound up .

变化 这 绳索 从 一 手 到 这 其他 直到 这 线 是 全部 伤口 向上 .

将绳子从一只手换到另一只手，直到绳子全部缠绕完毕。

[[peɪdʒ][ɪ'lev(ə)n]]

[Page Eleven]

[页 十一]

【第十一页】

[ə'baʊt] [haʊs] [plɑːnts]

About House Plants

关于 房子 植物

关于室内植物

[tuː; tə] [meɪk] [fɜːrnz] [ɡrəʊ] ['betə(r)] ,
To make ferns grow better ,
到 制作 蕨类植物 生长 更好的 ,

为了使蕨类植物生长得更好,

[pleɪs] [sʌm; səm] [θɪn] ['piːsɪz] [ɒv; əv] [rɔː] [biːf] [kləʊz] [tuː; tə] [ðə; ði] [ˌɪn'saɪd] [ɒv; əv] [ðə; ði] [pɒt] ,
place some thin pieces of raw beef close to the inside of the pot ,
地方 一些 薄的 件 的 生的 牛肉 关闭 到 这 里面 的 这 锅 ,

在锅内壁附近放几片薄薄的生牛肉片,

[bɪ'twiːn] [ðə; ði] [pɒt] [ænd; ənd] [ðə; ði] [sɔɪl] .
between the pot and the soil .
之间 这 锅 和 这 土壤 .

在花盆和土壤之间。

[əʊld] - ['fæʃ(ə)nd] [ˌpɔːtʃə'lækə] [meɪks] [ə; eɪ] ['prɪti] [ləʊ] - ['ɡrəʊɪŋ] [ɡriːn] [fɔː(r); fə(r)] [ə; eɪ] [fɜːn] [dɪʃ] .
Old - fashioned portulaca makes a pretty low - growing green for a fern dish .
老的 - 造型 马齿苋 制作 一个 漂亮的 低的 - 生长 绿色的 为了 一个 蕨类 盘子 .

老式马齿苋是一种非常低矮的绿色植物,适合做蕨类植物菜肴。

[tuː; tə] [prɪ'vent] [plɑːnts] [frɒm; frəm] ['drɒpɪŋ] [ðeə(r)] [bʌdz] , [ɡɪv] ['ekstrə] [ɡʊd] ['dreɪnɪdʒ] [ænd; ənd]
To prevent plants from dropping their buds , give extra good drainage and
到 防止 植物 从 下降 他们的 花蕾 , 给 额外的 好的 引流 和
[ˌsɪstə'mætɪk] [bʌt; bət] ['mɒdərət] ['wɔːtərɪŋ] .
systematic but moderate watering .
系统 但 缓和 浇水 .

为防止植物掉落花蕾,应保证良好的排水和系统但适度的浇水。

[æn; ən] [ɪn'fæləbl] [wɒʃ] [fɔː(r); fə(r)] [di'strɔi] [ðə; ði] ['skeɪli] ['ɪnsekts] [ðæt] [ɪn'fest] [haʊs] [plɑːnts] [ɪz]
An infallible wash for destroying the scaly insects that infest house plants is
一个 绝对正确 洗 为了 摧毁 这 鳞片状的 昆虫 那 虫害 房子 植物 是
[meɪd] [æz; əz] [f'ɒləʊz] :
made as follows :
制成 作为 跟随 :

以下方法可以彻底清除侵扰室内植物的鳞状昆虫:

[pleɪs] [hɑːf] [ə; eɪ] [bɑː(r)] [ɒv; əv] [swɪfts] [praɪd] ['lɔːndri] [səʊp] [ɪn] [ə; eɪ] [diːp] ['sɔːsə(r)] [ænd; ənd] [pɔː(r)]
Place half a bar of Swift's Pride Laundry Soap in a deep saucer and pour
地方 一半 一个 酒吧 的 斯威夫特的 自豪 洗衣店 肥皂 在 一个 深的 碟子 和 倒
['kerəsiːn] [ə'raʊnd] [ˌaɪ 'tiː] .
kerosene around it .
煤油 大约 它 .

将半块 Swift's Pride 洗衣皂放在一个深碟子里,然后在周围倒入煤油。

[let] [ðɪs] [stænd] [fɔː(r); fə(r)] [ə'baʊt] [ə; eɪ] [wiːk] [ʌn'tɪl] [ðə; ði] [səʊp] [hæz; həz] [əb'zɔːbd] [ðə; ði] [ɔɪl] .
Let this stand for about a week until the soap has absorbed the oil .
让 这 站立 为了 关于 一个 星期 直到 这 肥皂 有 吸收 这 油 .

让其静置约一周,直到肥皂吸收了油脂。

[ðen] [meɪk] [ə; eɪ] [strɒŋ] ['lɑːðə(r)] [ɒv; əv] [ðɪs] [səʊp] [ænd; ənd] [wɪð] [ˌaɪ 'tiː] [wɒʃ] [ðə; ði] [plɑːnts] .
Then make a strong lather of this soap and with it wash the plants .
然后 制作 一个 强的 泡沫 的 这 肥皂 和 和 它 洗 这 植物 .

然后用这种肥皂打出丰富的泡沫,再用它来清洗植物。

['ɑːftə(r)] [wɪtʃ] [spreɪ] [ðem; ðəm] [wɪð] [klɪə(r)] ['wɔːtə(r)] [ʌn'tɪl] [kliːn] .
After which spray them with clear water until clean .
后 哪个 喷 他们 和 清除 水 直到 干净的 .

之后用清水冲洗干净。

[tuː; tə] [dɪ'strɔɪ] ['eɪfɪs] , ['ʃaʊə(r)] ['fəʊliɪdʒ] [ɒv; əv] [ɪn'festɪd] [plɑːnt] [ɒn] [bəʊθ] [saɪdz] [wɪð] [strɒŋ] [tə'bækəʊ]
To destroy aphis , shower foliage of infested plant on both sides with strong tobacco
到 破坏 蚜虫 , 淋浴 叶子 的 受感染的 植物 在 两个都 侧面 和 强的 烟草
[tiː] ,
tea ,
茶 ,

为了消灭蚜虫，用浓烟草茶喷洒受害植物叶片的正反两面。

[ɔː(r)] , [ɪf] [ðə; ði] [plɑːnt] [biː; bi] [smɔːl] [ɪ'nʌf] , [ɪ'mɜːs] [ˌaɪ 'tiː] [ɪn] [ðɪs] [tiː] .
or , if the plant be small enough , immerse it in this tea .
或者 , 如果 这 植物 是 小的 足够的 , 沉浸 它 在 这 茶 .

或者，如果植物足够小，可以将其浸泡在这种茶中。

['ɪnsekts] [ɪn] [ðə; ði] [ɜːθ] [ɒv; əv] [ə; eɪ] ['pɒtɪd] [plɑːnt] [meɪ] [biː; bi] [dɪ'strɔɪd] [baɪ] ['pɔːrɪŋ] ['əʊvə(r)] [ðə; ði]
Insects in the earth of a potted plant may be destroyed by pouring over the
昆虫 在 这 地球 的 一个 盆栽 植物 可能 是 损毁 经过 浇注 超过 这
[sɔɪl] [ə; eɪ] [glɑːs] [ɒv; əv] ['wɔːtə(r)] [ɪn] [wɪtʃ] [ə; eɪ] [pɪntʃ] [ɒv; əv] ['mʌstəd] [hæz; həz] [biːn] [stɜːd] .
soil a glass of water in which a pinch of mustard has been stirred .
土壤 一个 玻璃 的 水 在 哪个 一个 捏 的 芥末 有 到过 搅拌 .

将一杯加入一小撮芥末搅拌过的水倒在盆栽植物的土壤上，即可杀死盆栽土壤中的昆虫。

[ɪf] [æn; ən] [ə'spærəgəs] [fɜːn] [tɜːnz] ['jeləʊ] , [riː'pɒt] [ˌaɪ 'tiː] ,
If an asparagus fern turns yellow , repot it ,
如果 一个 芦笋 蕨类 转弯 黄色的 , 报告 它 ,

如果芦笋蕨变黄，就换盆。

['gɪvɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [ə; eɪ] [strɒŋ] [ləʊm] [ɪn'rɪtʃt] [wɪð] [wʌn] - [fɪfθ] ['veri] [əʊld] [ænd; ənd] ['faɪnli] [krʌm]
giving it a strong loam enriched with one - fifth very old and finely crumbed
给予 它 一个 强的 壤土 富含 和 一 - 第五 非常 老的 和 精细地 面包屑
[mə'njʊə(r)] [ænd; ənd] [ˌeɪ diː 'diː] [ə; eɪ] ['lɪt(ə)l] [kɔːs] [sænd] .
manure and add a little coarse sand .
肥料 和 添加 一个 小的 粗 沙 .

施以富含养分的壤土，其中加入五分之一非常陈旧且细碎的粪肥，再加入少量粗砂。

[gɪv] [ðə; ði] [fɜːn] ['əʊnli] [æn; ən] ['aʊə(r)] [ɔː(r)] [tuː] [ɒv; əv] ['sʌnlaɪt] [iːtʃ] [deɪ] .
Give the fern only an hour or two of sunlight each day .
给 这 蕨类 仅有的 一个 小时 或者 二 的 阳光 每个 天 .

每天只需给蕨类植物一到两个小时的阳光照射即可。

['wɔːtə(r)] [wen] [ˌaɪ 'tiː] [lʊks] [draɪ] ,
Water when it looks dry ,
水 什么时候 它 看起来 干燥 ,

表面干燥时要浇水。

[bʌt; bət] [duː; də] [nɒt] [let] [ˌaɪ 'tiː] [stænd] [ɪn] ['eni] ['wɔːtə(r)] [ðæt] [meɪ] [hæv; həv] [rʌn] [θruː] ['ɪntuː] [ðə; ði]
but do not let it stand in any water that may have run through into the
但 做 不是 让 它 站立 在 任何 水 那 可能 有 跑步 通过 进入 这
['sɔːsə(r)] .
saucer .
碟子 .

但不要让它浸泡在可能流入碟子里的水中。

[bɪ'fɔː(r)] ['pʊtɪŋ] [plɑːnts] [ɪn] [ə; eɪ] ['wʊdn] ['wɪndəʊ] [bɒks] ['waɪtwɒʃ] [ðə; ði] [ˌɪn'saɪd] [ɒv; əv] [ðə; ði] [bɒks] .
Before putting plants in a wooden window box whitewash the inside of the box .
前 推杆 植物 在 一个 木制的 窗户 盒子 粉刷 这 里面 的 这 盒子 .

在将植物放入木制窗台花箱之前，先将花箱内部粉刷成白色。

[ðɪs] [nɒt] ['əʊnli] [kiːps] [ðə; ði] [bɒks] [frɒm; frəm] ['rɒtɪŋ] , [bʌt; bət] [prɪ'vents] ['ɪnsekts] .
This not only keeps the box from rotting , but prevents insects .
这 不是 仅有的 保持 这 盒子 从 腐烂 , 但 阻止 昆虫 .

这不仅可以防止盒子腐烂，还可以防止虫害。

[ɪf] [sprez] [ɒv; əv] ['grəʊɪŋ] [nə'stɜːʃəm] [ɑː(r); ə(r)]['brəʊkən] [ɒf] [ɪn][ðə; ði] [leɪt] ['sʌmə(r)] [ænd; ənd]
If sprays of growing nasturtiums are broken off in the late summer and
如果 喷雾 的 生长 金莲花 是 破碎的 离开 在 这 晚的 夏天 和
[pleɪst] [ɪn][ə; eɪ] [bəʊl] [ɒv; əv]['wɔːtə(r)] [ðeɪ] [wɪl] [ruːt] [ænd; ənd] [grəʊ] [ɔːl]['wɪntə(r)] .
placed in a bowl of water they will root and grow all winter .
放置 在 一个 碗 的 水 他们 将要 根 和 生长 全部 冬天 .

如果在夏末将正在生长的旱金莲枝条折断，放入一碗水中，它们就会生根发芽，整个冬天都会生长。

[[peɪdʒ] [twelv]]
[Page Twelve]
[页 十二]

[第十二页]

[haʊ] [tuː; tə] [juːz] [ðə; ði] [tʃiːpə] [kʌts] [ɒv; əv] [miːt]
How to Use the Cheaper Cuts of Meat
如何 到 使用 这 更便宜 削减 的 肉

如何利用价格较低的肉块

[mʌtʃ] [taɪm] [hæz; həz] [biːn] ['gɪv(ə)n] [ɪn] [ðə; ði] [lɑːst] [fjuː] [j'iəz] [tuː; tə] [ðə; ði] ['stʌdi] [ɒv; əv] [fuːdz] ,
Much time has been given in the last few years to the study of foods ,
很多 时间 有 到过 给定 在 这 最后的 很少 年 到 这 学习 的 食物 ,

近几年来，人们投入了大量时间研究食品，

[ðeə(r)] ['nesəsəri] [prə'pɔːʃ(ə)nz] , [ænd; ənd][ðə; ði]['mænə(r)][ɒv; əv] ['kʊkɪŋ] [ðem; ðəm] .
their necessary proportions , and the manner of cooking them .
他们的 必要的 比例 , 和 这 方式 的 烹饪 他们 .

它们所需的比例以及烹饪方法。

['edʒukeɪtəz][ænd; ənd] ['saɪəntɪsts] [hæv; həv] [ə'laɪk] [ə'griːd] [ðæt] [ðɪs] ['nɒlɪdʒ] [ɔːt] [tuː; tə][biː; bi]
Educators and scientists have alike agreed that this knowledge ought to be
教育工作者 和 科学家 有 同样 同意 那 这 知识 应该 到 是
[dɪ'semɪneɪtɪd] .
disseminated .
传播 .

教育界人士和科学家一致认为，应该传播这些知识。

[ɒn] [ðə; ði] [pɑːt] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['pʌblɪk] ['ɔːlsəʊ] [ðeə(r)] [hæz; həz] [biːn] [ə; eɪ] ['dʒen(ə)rəl] [ə'weɪkənɪŋ] [ɪn] [ðɪs]
On the part of the public also there has been a general awakening in this
在 这 部分 的 这 民众 还 那里 有 到过 一个 一般的 唤醒 在 这
[rɪ'gɑːd] .
regard .
看待 .

公众在这方面也普遍有所觉醒。

[ðeə(r)] [hæz; həz] [biːn] [ə; eɪ] [waɪd] [dɪ'mɑːnd] [ɪ'speʃəli] [frɒm; frəm] [ðəʊz] [ɒv; əv] ['lɪmɪtɪd] ['ɪnkʌmz]
There has been a wide demand especially from those of limited incomes
那里 有 到过 一个 宽的 要求 尤其 从 那些 的 有限的 收入
[fɔː(r); fə(r)] [ˌɪnfə'meɪʃ(ə)n] [ɒn] [ðə; ði] ['pɜːtʃəs] [ænd; ənd] [ˌprepə'reɪʃ(ə)n] [ɒv; əv] [fuːdz] .
for information on the purchase and preparation of foods .
为了 信息 在 这 购买 和 准备 的 食物 .

尤其是一些收入有限的人，对食品的购买和制备方面的信息有着广泛的需求。

[tuː; tə] [miːt] [ðɪs] [dɪ'mɑːnd] [bʊks] [hæv; həv] [biːn] ['pʌblɪʃt] [ænd; ənd]['ɑːtɪk(ə)lz][hæv; həv] [ə'pɪəd] [ɪn]
To meet this demand books have been published and articles have appeared in
到 见面 这 要求 图书 有 到过 已发布 和 文章 有 出现 在
[ðə; ði] ['veəriəs] ['wɪmɪnz] ['peɪpəz] ['gɪvɪŋ] [də'rekʃ(ə)nz] [fɔː(r); fə(r)] ['lɪvɪŋ] [æt; ət] [ɔːl] [sɔːrts] [ɒv; əv] [praisiz] ,
the various women's papers giving directions for living at all sorts of prices ,
这 各种各样的 女性的 文件 给予 方向 为了 活的 在 全部 排序 的 价格 ,

为了满足这种需求，各种书籍出版发行，各种妇女报刊也刊登文章，指导人们如何在各种价位下生活。

[frɒm; frəm][ðə; ði] [ɪk'striːmli] [ləʊ] [wʌn] , " [haʊ] [tuː; tə][lɪv; laɪv][ɒn] [ten] [sents] [ə; eɪ] [deɪ] ,
from the extremely low one , " How to Live on Ten Cents a Day ,
从 这 极其 低的 一 , " 如何 到 居住 在 十 分 一个 天 ,

从极低的《如何每天只花10美分生活》

" [tuː; tə][ðə; ði]['nɔːm(ə)l][wʌn] [wɪtʃ] [rɪ'kwaɪəz] [ðə; ði][ˌprepə'reɪʃ(ə)n][ɒv; əv] ['æpɪtaɪzɪŋ] [ænd; ənd]
" to the normal one which requires the preparation of appetizing and
" 到 这 普通的 一 哪个 需要 这 准备 的 令人垂涎的 和
['sætɪsfaɪɪŋ] ['dinəz] [æt; ət][ə; eɪ]['nɒmɪn(ə)l][kɒst] .
satisfying dinners at a nominal cost .
令人满意 晚餐 在 一个 名义上的 成本 .

"到正常情况下，只需花费少量成本即可准备美味可口的晚餐。"

[ɪn]['ɔːdə(r)][tuː; tə] [ə'kʌmplɪʃ] ['lɪvɪŋ] ['kʌmftəbli; 'kʌmfətəbli][æt; ət] [smɔːl] [kɒst] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['evɪdənt] [ðæt] [wʌn]
In order to accomplish living comfortably at small cost it is evident that one
在 命令 到 完成 活的 舒适地 在 小的 成本 它 是 明显 那 一
[mʌst; məst] [ˌʌndə'stænd] [ðə; ði] [kəm'pærətɪv] ['væljuːz][ɒv; əv] [fuːdz] ,
must understand the comparative values of foods ,
必须 理解 这 比较 值 的 食物 ,

为了以较低的成本过上舒适的生活，显然必须了解食物的相对价值。

[səʊ][æz; əz][tuː; tə] [sɪ'lekt] [ðəʊz] [wɪtʃ] [æt; ət] [ləʊ] [praisiz] ['fɜːnɪʃ] [ðə; ði] ['nesəsəri] ['nʌrɪʃmənt] ,
so as to select those which at low prices furnish the necessary nourishment ,
所以 作为 到 选择 那些 哪个 在 低的 价格 提供 这 必要的 营养 ,

以便选择那些价格低廉且能提供必要营养的产品，

[ænd; ənd] , ['ɔːlsəʊ] , [biː; bi]['eɪb(ə)l][tuː; tə] [kʊk] [ðem; ðəm][ɪn][æn; ən] ['æpɪtaɪzɪŋ] [wei] [wɪtʃ] [wɪl]
and , also , be able to cook them in an appetizing way which will
和 , 还 , 是 有能力的 到 厨师 他们 在 一个 令人垂涎的 方式 哪个 将要
[kən'sɜːv] [ðə; ði] ['nʌrɪʃmənt] .
conserve the nourishment .
养护 这 营养 .

而且，还要能够用美味可口的方式烹饪它们，以保留其营养。

[miːt] [ɪz][ə; eɪ] [nə'sesəti] [tuː; tə][məʊst]['piːp(ə)l] .
Meat is a necessity to most people .
肉 是 一个 必要性 到 最多 人们 .

对大多数人来说，肉类是必需品。

[jet] [mʌtʃ] [ɒv; əv][ðə; ði]['prez(ə)nt] [ɪk'spens] [ɪn][ðə; ði] ['pɜːtʃəs] [ɒv; əv] [miːt] [ɪz] ['niːdləs] [ænd; ənd]
Yet much of the present expense in the purchase of meat is needless and
然而 很多 的 这 展示 费用 在 这 购买 的 肉 是 不必要 和
[ˌʌn'waɪz] .
unwise .
失策 .

然而，目前在购买肉类方面的许多开支都是不必要的，也是不明智的。

['meni] ['piːsɪz] [ɒv; əv] [miːt] [ɒv; əv][ðə; ði] [best] ['kwɒləti][ɑː(r); ə(r)][səʊld][æt; ət] [ləʊ] [reɪts] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz][nɒt]
Many pieces of meat of the best quality are sold at low rates because not
许多 件 的 肉 的 这 最好的 质量 是 卖 在 低的 利率 因为 不是
[ɪn] [ʃeɪps] [tuː; tə][biː; bi] [sɜːvd] [æz; əz] ['rəʊstɪŋ] [ɔː(r)] ['brɔɪlɪŋ] ['piːsɪz] .
in shapes to be served as roasting or broiling pieces .
在 形状 到 是 服务 作为 烘焙 或者 烤制 件 .

许多品质上乘的肉块因为形状不适合烤制或煎炸，所以售价很低。

[ðiːz] [sɜːv] [wel] [fɔː(r); fə(r)] ['ɒntreɪz] [ɔː(r)] [meɪd] - [ʌp] ['dɪʃɪz] .
These serve well for entrees or made - up dishes .
这些 服务 出色地 为了 主菜 或者 制成 - 向上 菜肴 .

这些食材非常适合用作主菜或什锦菜。

['ʌðə(r)] ['piːsɪz] [wɪtʃ] [ɑː(r); ə(r)] [tʌf] [bʌt; bət] [wel] ['fleɪvəd] [kæn; kən] , [ɪn][ðə; ði][hændz][ɒv; əv][æn; ən]
Other pieces which are tough but well flavored can , in the hands of an
其他 件 哪个 是 艰难的 但 出色地 调味 能 , 在 这 双手 的 一个
['edʒukeɪtɪd] [kʊk] ,
educated cook ,
受过教育 厨师 ,

其他一些质地较硬但味道鲜美的食材，在一位技艺精湛的厨师手中，也能烹制出美味佳肴。

[biː; bi] [sent] [tuː; tə] [ðə; ði] ['teɪb(ə)l] [æz; əz] ['tendə(r)] , ['pælətəb(ə)l] , ['saɪtli] [ænd; ənd] [njuˈtrɪʃəs] [æz; əz]
be sent to the table as tender , palatable , sightly and nutritious as
是 发送 到 这 桌子 作为 投标 , 可口的 , 略微 和 营养丰富的 作为
[ðə; ði] [praɪm] [kʌts] .
the prime cuts .
这 主要的 削减 .

端上餐桌时，肉质要像上等肉块一样鲜嫩可口、色香味俱佳、营养丰富。

[ˌaɪ ˈtiː][ɪz][tuː; tə] [ʃəʊ] [sʌm; səm] ['meθədz] [ɒv; əv] [prɪ'peərɪŋ] [ðiːz] [tʃiːpə] [kʌts] [ɒv; əv] [miːt] [ɪn]
It is to show some methods of preparing these cheaper cuts of meat in
它 是 到 展示 一些 方法 的 准备 这些 更便宜 削减 的 肉 在
[æn; ən] ['æpɪtaɪzɪŋ] ['mænə(r)] [ðæt] [ðə; ði] ['fɒləʊɪŋ] [ˌekspləˈneɪʃ(ə)n][ɒv; əv][ðə; ði] ['prəʊsesɪz] [ɒv; əv]
an appetizing manner that the following explanation of the processes of
一个 令人垂涎的 方式 那 这 下列的 解释 的 这 流程 的
['kʊkɪŋ] [ænd; ənd][ðə; ði] [ə'kʌmpənɪɪŋ] ['resəpɪz][ɑː(r); ə(r)]['gɪv(ə)n] .
cooking and the accompanying recipes are given .
烹饪 和 这 随同 食谱 是 给定 .

为了展示如何以美味的方式烹制这些价格较低的肉块，下面将对烹饪过程和相应的食谱进行说明。

[miːt] [ɪz] [kʊkt] , [fɜːst] , [tuː; tə][eɪd][daɪ'dʒestʃən; dɪ'dʒestʃən] ; ['sekəndli] , [tuː; tə] [dɪ'veləp] [njuː] ['fleɪvəz]
Meat is cooked , first , to aid digestion ; secondly , to develop new flavors
肉 是 煮熟 , 第一的 , 到 援助 消化 ; 第二 , 到 发展 新的 口味
[ænd; ənd]['rendə(r)][ˌaɪ ˈtiː][mɔː(r)]['pælətəb(ə)l] .
and render it more palatable .
和 使成为 它 更多的 可口的 .

肉要煮熟，首先是为了帮助消化；其次是为了产生新的风味，使其更美味。

[fɔː(r); fə(r)] ['kʊkɪŋ] [ðeə(r)][ɑː(r); ə(r)] [θriː] [ɪ'senʃ(ə)lz] [bɪ'saɪdz] [ðə; ði][mə'tɪəriəl][tuː; tə][biː; bi] [kʊkt] —
For cooking there are three essentials besides the material to be cooked —
为了 烹饪 那里 是 三 必需品 除了 这 材料 到 是 煮熟 —
['neɪmli] , [hiːt] ,
namely , heat ,
即 , 热 ,

烹饪除了食材之外还有三个基本要素——即热源、

[eə(r)] , [ænd; ənd] ['mɔɪstʃə(r)] , [ðə; ði]['lætə(r)][ɪn][ðə; ði] [fɔːm] [ɒv; əv]['wɔːtə(r)] ,
air , and moisture , the latter in the form of water ,
空气 , 和 水分 , 这 后者 在 这 形式 的 水 ,

空气和水分，后者以水的形式存在。

['aɪðə(r)] [faʊnd] [ɪn][ðə; ði] [fuːd] [ɔː(r)] ['ædɪd] [tuː; tə][ˌaɪ ˈtiː] .
either found in the food or added to it .
任何一个 成立 在 这 食物 或者 额外 到 它 .

要么存在于食物中，要么添加到食物中。

[ðə; ði] [kəm'baɪnd] [ɪ'fekt] [ɒv; əv] [hiːt] [ænd; ənd] ['mɔɪstʃə(r)] [swelz] [ænd; ənd] [bɜːsts] [stɑːtʃ] [greɪnz] ,
The combined effect of heat and moisture swells and bursts starch grains ,
这 合并 影响 的 热 和 水分 涌浪 和 爆发 淀粉 谷物 ,
['hɑːd(ə)n]['ælbjumɪn] , [ænd; ənd]['sɒfən, 'sɔː-]['faɪbə(r)] .
hardens albumen , and softens fiber .
硬化 蛋白 , 和 软化 纤维 .

热和湿的共同作用会使淀粉粒膨胀破裂，使蛋白变硬，使纤维变软。

['ælbjumɪn][ɪz][ə; eɪ] ['sʌbstəns] [laɪk][ðə; ði] [waɪt] [ɒv; əv][æn; ən] [eg] .
Albumen is a substance like the white of an egg .
蛋白 是 一个 物质 喜欢 这 白色的 的 一个 蛋 .

蛋白是一种类似蛋清的物质。

[ˌaɪ 'tiː][ɪg'zɪsts][ɪn][ðə; ði][dʒuːs][ɒv; əv] [miːt] [ænd; ənd] [kən'teɪnz] [mʌtʃ] ['nʌrɪʃmənt] .
It exists in the juices of meat and contains much nourishment .
它 存在 在 这 果汁 的 肉 和 包含 很多 营养 .

它存在于肉汁中，含有丰富的营养成分。

[ɪf] [ə'laʊd] [tuː; tə] [ɪ'skeɪp] , [ðə; ði] ['nʌrɪʃmənt] [ɪz] [lɒst] [ænd; ənd][ðə; ði] [miːt] [ɪz] [hɑːd] .
If allowed to escape , the nourishment is lost and the meat is hard .
如果 允许 到 逃脱 ， 这 营养 是 丢失的 和 这 肉 是 难的 .

如果放任不管，营养就会流失，肉也会变硬。

['ðeəfɔː(r)] [wiː; wi][hæv; həv][ðə; ði][fɜːst]['dʒen(ə)rəl] [ruːl] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] ['kʊkɪŋ] [ɒv; əv] [miːt] , ['neɪmli] :
Therefore we have the first general rule for the cooking of meat , namely :
所以 我们 有 这 第一的 一般的 规则 为了 这 烹饪 的 肉 ， 即 :

因此，我们有了烹饪肉类的第一条通用规则，即：

[tuː; tə] [rɪ'teɪn] [ðə; ði]['ælbjumɪn] ,
To retain the albumen ,
到 保持 这 蛋白 ，

为了保留蛋白，

[ðə; ði][ˌaʊt'saɪd][ɒv; əv] [iːtʃ] [piːs] [ɒv; əv] [miːt] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [sɪrd] [ɔː(r)] [siːld] [æt; ət][wʌns][bɪ'fɔː(r)]
the outside of each piece of meat should be seared or sealed at once before
这 外部 的 每个 片 的 肉 应该 是 烤 或者 密封 在 一次 前
[ðə; ði] ['kʊkɪŋ] [ɪz] [kən'tɪnjuːd] .
the cooking is continued .
这 烹饪 是 持续 .

在继续烹饪之前，应立即将每块肉的外层煎至焦黄或封口。

[[peɪdʒ] [ˌθɜː'tiːn]]
[Page Thirteen]
[页 十三]

[第十三页]

['ælbjumɪn][ɪz][kəʊ'ægjuleɪtɪd][ænd; ənd]['hɑːd(ə)nd] [baɪ] [ɪn'tens] [hiːt] .
Albumen is coagulated and hardened by intense heat .
蛋白 是 凝固的 和 硬化 经过 激烈的 热 .

蛋白在高温下凝固变硬。

[ˌðeə'frɒm] ['kɒmz] [ðə; ði]['sekənd]['dʒen(ə)rəl] [ruːl] , ['neɪmli] :
Therefrom comes the second general rule , namely :
由此 来 这 第二 一般的 规则 ， 即 :

由此得出第二条一般规则，即：

[ɪn'tens] [hiːt] ['hɑːd(ə)n][ænd; ənd] ['tʌfən] [miːt] , [waɪl] [ə; eɪ][sɒft] [mɔɪst] [hiːt] ['sɔfən, 'sɔː-][ðə; ði]
Intense heat hardens and toughens meat , while a soft moist heat softens the
激烈的 热 硬化 和 增强 肉 ， 尽管 一个 柔软的 潮湿 热 软化 这
['faɪbə(r)] .
fiber .
纤维 .

高温会使肉质变硬变韧，而温和湿热则能软化肉的纤维。

[frɒm; frəm] [ðiːz] ['dʒen(ə)rəl] [ruːlz] [wiː; wi] [pɑːs] [tuː; tə][ðə; ði][spə'sɪfɪk] ['meθədz] [ɒv; əv] ['kʊkɪŋ] [miːt] ,
From these general rules we pass to the specific methods of cooking meat ,
从 这些 一般的 规则 我们 经过 到 这 具体的 方法 的 烹饪 肉 ，

从这些一般规则出发，我们过渡到具体的肉类烹饪方法。

[wɪtʃ] [ɑː(r); ə(r)] [naɪn] [ɪn] ['nʌmbə(r)] — ['brɔɪlɪŋ] , ['rəʊstɪŋ] , ['beɪkɪŋ] , ['fraɪɪŋ] , [soʊ'teɪɪŋ] , ['stiːmɪŋ] ,
which are nine in number — broiling , roasting , baking , frying , sauteing , steaming ,
哪个 是 九 在 数字 — 烤制 , 烘焙 , 烘烤 , 煎炸 , 翻炒 , 蒸煮 ,
['bɔɪlɪŋ] , ['stjuːɪŋ] , [ɔː(r)] [frikə'siː] .
boiling , stewing , or fricasseeing .
沸腾 , 炖 , 或者 炖菜 .

共有九种烹饪方法——烤、烘、煎、炒、蒸、煮、炖或焖。

['brɔɪlɪŋ] [ænd; ənd] ['rəʊstɪŋ] [ɑː(r); ə(r)] ['præktɪkli] [ðə; ði] [seɪm] , [ðə; ði] [tʃiːf] ['dɪfrəns] ['biːɪŋ] [ɪn] [ðə; ði]
Broiling and roasting are practically the same , the chief difference being in the
烤制 和 烘焙 是 几乎 这 相同的 , 这 首席 不同之处 存在 在 这
[taɪm] [ɪm'plɔɪd] .
time employed .
时间 受雇 .

烤和炙烤实际上是一样的，主要区别在于所用时间。

[bəuθ] [miːn] [tuː; tə] [ɪk'spəʊz] [wʌn] [saɪd] [ɒv; əv] [ðə; ði] [miːt] [tuː; tə] [ðə; ði] ['faɪə(r)] [waɪl] [ðə; ði] ['ʌðə(r)] [ɪz]
Both mean to expose one side of the meat to the fire while the other is
两个都 意思是 到 暴露 一 边 的 这 肉 到 这 火 尽管 这 其他 是
[ɪk'spəʊzd] [tuː; tə] [ðə; ði] [eə(r)] .
exposed to the air .
裸露 到 这 空气 .

这两种方法都是指将肉的一面暴露在火上，而另一面暴露在空气中。

[baɪ] [ðɪs] ['meθəd] [ðə; ði] [miːt] [ɪz] ['kwɪkli] [sɪrd] [ænd; ənd] [ðə; ði] ['njuːtrətɪv] [dʒuːs] [rɪ'teɪnd] .
By this method the meat is quickly seared and the nutritive juices retained .
经过 这 方法 这 肉 是 迅速地 烤 和 这 营养 果汁 保留 .

这种方法可以快速将肉煎熟，并保留其营养汁液。

[miːt] [kʊkt] [ɪn] [ðɪs] [wei] [ɪz] [rɪtʃə] [ænd; ənd] [faɪnə] [ɪn] ['fleɪvə(r)] .
Meat cooked in this way is richer and finer in flavor .
肉 煮熟 在 这 方式 是 更富有 和 更精细 在 味道 .

用这种方法烹制的肉味道更浓郁、更鲜美。

['beɪkɪŋ] [miːnz] ['kʊkɪŋ] [ɪn] [ə; eɪ] [pæn] [ɪn] [ðə; ði] ['ʌv(ə)n] [ɒv; əv] [ə; eɪ] [stəʊv] ,
Baking means cooking in a pan in the oven of a stove ,
烘烤 方法 烹饪 在 一个 平底锅 在 这 烤箱 的 一个 火炉 ,

烘焙是指在炉灶的烤箱里用平底锅烹饪。

[ænd; ənd] [ɪn] [ðiːz] [deɪz] [ɒv; əv] ['hʌri] [hæz; həz] ['lɑːdʒli] [ˌsjuːpə'siːdid] ['rəʊstɪŋ] .
and in these days of hurry has largely superseded roasting .
和 在 这些 天 的 匆忙 有 很大程度上 被取代 烘焙 .

在如今快节奏的时代，烘烤已经很大程度上取代了烘焙。

['fraɪɪŋ] [ɪz] [ðə; ði] ['kʊkɪŋ] [baɪ] [ɪ'mɜːʃn] [ɪn] [hɒt] [fæt] [æt; ət] [ə; eɪ] ['temprətʃə(r)] [ɒv; əv] - [dɪ'griːz]
Frying is the cooking by immersion in hot fat at a temperature of 350 degrees
煎炸 是 这 烹饪 经过 浸没 在 热的 胖的 在 一个 温度 的 - 学位
['færənhaɪt] .
Fahrenheit .
华氏度 .

油炸是指将食物浸入温度为华氏350度的热油中进行烹饪。

[ðeə(r)] [mʌst; məst] [biː; bi] [sə'fɪʃ(ə)nt] [fæt] [tuː; tə] ['həʊlli] ['kʌvə(r)] [iːtʃ] ['ɑːtɪk(ə)l] .
There must be sufficient fat to wholly cover each article .
那里 必须 是 充足的 胖的 到 完全 覆盖 每个 文章 .

必须有足够的脂肪完全覆盖每一件物品。

[ðɪs] ['meθəd] [ɪz] [ɪm'plɔɪd] [fɔː(r); fə(r)] [krəu'kets] , ['ɔɪstə(r)z] , [ˌet 'setərə; ˌɪt 'setərə] . , [ænd; ənd][ɪz] [les]
This method is employed for croquettes , oysters , etc . , and is less
这 方法 是 受雇 为了 炸丸子 , 牡蛎 , ETC . , 和 是 较少的
[ɪn'dʒʊəriəs][tuː; tə][daɪ'dʒestʃən; dɪ'dʒestʃən][ðæn; ðən] [soʊ'teɪɪŋ] .
injurious to digestion than sauteing .
有害的 到 消化 比 翻炒 .

这种方法适用于炸丸子、牡蛎等，而且比煎炒对消化系统的损害更小。

[soʊ'teɪɪŋ] [ɪz] ['kʊkɪŋ] [ɪn][ə; eɪ] [smɔːl] ['kwɒntəti] [ɒv; əv][fæt] ,
Sauteing is cooking in a small quantity of fat ,
翻炒 是 烹饪 在 一个 小的 数量 的 胖的 ,

煎炒是指用少量油脂进行烹饪。

[æz; əz][æn; ən] ['ɒmlət] [ɔː(r)] [hæʃt] [braʊn] [pə'teɪtəʊz] [ɑː(r); ə(r)] [kʊkt] .
as an omelet or hashed browned potatoes are cooked .
作为 一个 煎蛋卷 或者 哈希 棕色 土豆 是 煮熟 .

就像煎蛋卷或土豆泥一样烹制而成。

[ðɪs] [ɪz][ðə; ði] [liːst] ['həʊlsəm] [ɒv; əv][ɔːl] ['meθədz] [ɒv; əv] ['kʊkɪŋ] [miːt] ,
This is the least wholesome of all methods of cooking meat ,
这 是 这 至少 健康 的 全部 方法 的 烹饪 肉 ,

这是所有肉类烹饪方法中最不卫生的。

[ænd; ənd][ɪz]['ɒf(ə)n] [held] [də'rektli] [rɪ'spɒnsəb(ə)l][fɔː(r); fə(r)][ˌɪndɪ'dʒestʃən] .
and is often held directly responsible for indigestion .
和 是 经常 握住 直接地 负责任的 为了 消化不良 .

它通常被认为是导致消化不良的直接原因。

['stiːmɪŋ] [ɪz][æn; ən]['ædmərəb(ə)l] ['meθəd] [ɒv; əv] ['kʊkɪŋ] [tʌf] [miːts] [ɔː(r)][hæmz] .
Steaming is an admirable method of cooking tough meats or hams .
蒸煮 是 一个 令人钦佩的 方法 的 烹饪 艰难的 肉类 或者 火腿 .

蒸煮是烹饪较硬的肉类或火腿的一种绝佳方法。

['mɒd(ə)n] ['haʊswaɪvz] [juːz][ə; eɪ] " ['kʊkə(r)] , " [wɪtʃ] ['kʌmz] [fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['pɜːpəs] ,
Modern housewives use a " cooker , " which comes for this purpose ,
现代的 家庭主妇 使用 一个 " 炊具 , " 哪个 来 为了 这 目的 ,

现代家庭主妇使用专门为此目的而设计的“烹饪机”。

[bʌt; bət][ðə; ði][əʊld] - ['fæʃ(ə)nd] ['pɜːfəˌreɪtɪd] ['stiːmə(r)] ['əʊvə(r)][ə; eɪ]['ket(ə)l][ɒv; əv] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtə(r)][ɪz]
but the old - fashioned perforated steamer over a kettle of boiling water is
但 这 老的 - 造型 穿孔的 汽船 超过 一个 壶 的 沸腾 水 是
['ɔːlsəʊ] [gʊd] .
also good .
还 好的 .

但是，用老式的蒸笼在沸水壶上蒸东西也很好。

['bɔɪlɪŋ] [ɪz][wʌn][ɒv; əv][ðə; ði] ['sɪmplɪst] ['meθədz] [ɒv; əv] ['kʊkɪŋ] [ðə; ði] [tʃiːpə] [kʌts] [ɒv; əv] [miːt] .
Boiling is one of the simplest methods of cooking the cheaper cuts of meat .
沸腾 是 一 的 这 最简单的 方法 的 烹饪 这 更便宜 削减 的 肉 .

水煮是烹饪价格较低的肉类最简单的方法之一。

['prɒpəli] [ɪm'plɔɪd] ,
Properly employed ,
适当地 受雇 ,

正确运用，

[ˌaɪ 'tiː] [kən'sɪsts] [ɪn] ['plʌndʒɪŋ] [ðə; ði] [həʊl] [piːs] [ɒv; əv] [miːt] [ɪn][ə; eɪ] [lɑːdʒ] ['ket(ə)l][ɒv; əv]['ræpɪdli]
it consists in plunging the whole piece of meat in a large kettle of rapidly
它 由 在 骤降 这 所有的 片 的 肉 在 一个 大的 壶 的 快速
['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtə(r)] .
boiling water .
沸腾 水 .

做法是将整块肉放入一大锅沸水中。

[ðə; ði] [miːt] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [ɪn'taɪəli] ['kʌvəd] [baɪ][ðə; ði]['wɔːtə(r)] ,
The meat should be entirely covered by the water ,
这 肉 应该 是 完全 涵盖 经过 这 水 ,

肉应该完全被水覆盖。

[wɪtʃ] [ʃʊd; ʃəd] [kən'tɪnjuː] [tuː; tə] [bɔɪl] ['ræpɪdli] [fɔː(r); fə(r)] [faɪv] ['mɪnɪts] ['ɑːftə(r)] [ðə; ði] [miːt] [hæz; həz] [biːn] [ɪ'mɜːst] [ɪn][ˌaɪ 'tiː] .
which should continue to boil rapidly for five minutes after the meat has been immersed in it .
哪个 应该 继续 到 熬 快速 为了 五 分钟 后 这 肉 有 到过 沉浸式 在 它 .

肉放入水中后，水应继续快速沸腾五分钟。

[ðə; ði] ['temprətʃə(r)] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['wɔːtə(r)] [ʃʊd; ʃəd] [ðen] [biː; bi] [ɪ'miːdiətli] ['loʊərd; 'laʊərd] [tuː; tə] - [dɪ'griːz] ['færənhaɪt] .
The temperature of the water should then be immediately lowered to 160 degrees Fahrenheit .
这 温度 的 这 水 应该 然后 是 立即地 降低 到 - 学位 华氏度 .

然后立即将水温降至华氏160度。

[ɪf] [wʌn] [hæz; həz] [nɒt] [ə; eɪ] ['kʊkɪŋ] [θə'mɒmɪtə(r)] ,
If one has not a cooking thermometer ,
如果 一 有 不是 一个 烹饪 温度计 ,

如果没有烹饪温度计，

[wʌn] [hæz; həz] ['əʊnli] [tuː; tə] [rɪ'membə(r)] [ðæt] ['wɔːtə(r)] [bɔɪlz] [æt; ət] - [dɪ'griːz] ['færənhaɪt] ,
one has only to remember that water boils at 212 degrees Fahrenheit ,
一 有 仅有的 到 记住 那 水 沸腾 在 - 学位 华氏度 ,

人们只需要记住，水的沸点是华氏212度。

[ænd; ənd] [ˌaɪ 'tiː] [wɪl] ['iːzəli] [biː; bi] [siːn] [ðæt] - [dɪ'griːz] [ɪz] [kən'sɪdərəbli] [bɪ'ləʊ] [ðə; ði] ['bɔɪlɪŋ] [pɔɪnt] .
and it will easily be seen that 160 degrees is considerably below the boiling point .
和 它 将要 容易地 是 已见 那 - 学位 是 相当 以下 这 沸腾 观点 .

很容易看出，160 度远低于沸点。

['stjuːɪŋ] [ɔː(r)] [frikə'siː] [ɪz] ['riːəli] ['kʊkɪŋ] ['sləʊli] [ɪn] [ə; eɪ] [sɔːs] ['ɑːftə(r)] [ðə; ði] [miːt] [hæz; həz] [fɜːst] [biːn] [braʊn] [ɪn] [ə; eɪ] ['lɪt(ə)l] [hɒt] [fæt] .
Stewing or fricasseeing is really cooking slowly in a sauce after the meat has first been browned in a little hot fat .
炖 或者 炖菜 是 真的 烹饪 缓慢地 在 一个 酱 后 这 肉 有 第一的 到过 棕色 在 一个 小的 热的 胖的 .

炖煮或法式炖肉，其实就是先用少量热油将肉煎至棕色，然后再用酱汁慢慢烹煮。

[ɪf] [ðə; ði] ['mɪkstʃə(r)] [ɪz] [ə'laʊd] [tuː; tə] [bɔɪl] [ðə; ði] [miːt] [wɪl] [biː; bi] [tʌf] [ænd; ənd] ['ʃrɪv(ə)ld] ,
If the mixture is allowed to boil the meat will be tough and shriveled ,
如果 这 混合物 是 允许 到 熬 这 肉 将要 是 艰难的 和 干瘪 ,

如果让混合物煮沸，肉会变得又硬又干瘪。

[bʌt; bət] [ɪf] ['prɒpəli] [stjuːd] [ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [biː; bi] [sɒft] [ænd; ənd] ['iːzi] [tuː; tə] [daɪ'dʒest] .
but if properly stewed it will be soft and easy to digest .
但 如果 适当地 炖 它 将要 是 柔软的 和 简单的 到 消化 .

但如果炖煮得当，就会变得软糯易消化。

[frikə'siː] [ɪz] [ðə; ði] [məʊst] [ˌiːkə'nɒmɪk(ə)l] [ɒv; əv] [ɔːl] ['meθədz] [ɒv; əv] ['kʊkɪŋ] [miːt] ,
Fricasseeing is the most economical of all methods of cooking meat ,
炖菜 是 这 最多 经济 的 全部 方法 的 烹饪 肉 ,

炖煮是所有肉类烹饪方法中最经济实惠的。

[æz; əz][ðeə(r)][ɪz] ['veri] ['lɪt(ə)l] [lɒs] [ɪn] [weɪt] ,
as there is very little loss in weight ,
作为 那里 是 非常 小的 损失 在 重量 ,

由于体重减轻很少，

[ænd; ənd] [wɒt] [ɪz] [lɒst] [frɒm; frəm][ðə; ði] [mi:t] [ɪz] [faʊnd] [ɪn][ðə; ði] [sɔ:s] .
and what is lost from the meat is found in the sauce .
和 什么 是 丢失的 从 这 肉 是 成立 在 这 酱 .

肉里失去的营养都体现在酱汁里了。

[[peɪdʒ] [ˌfɔ:'ti:n]]
[Page Fourteen]
[页 十四]

[第十四页]

['breɪzɪŋ] [ɪz][ə; eɪ] ['meθəd] [mʌtʃ] [ju:st] [ɪn] [frɑ:ns] , [ænd; ənd][ɪz][ə; eɪ] [krɒs] [bɪ'twi:n] ['bɔɪlɪŋ] [ænd; ənd] ['beɪkɪŋ] .
Braising is a method much used in France , and is a cross between boiling and baking .
炖 是 一个 方法 很多 用过的 在 法国 , 和 是 一个 叉 之间 沸腾 和 烘烤 .

炖煮是法国常用的一种烹饪方法，介于水煮和烘烤之间。

[ˌaɪ 'ti:][ɪz] [dʌn] [ɪn][ə; eɪ] ['kʌvəd] [pæn][ɪn][ðə; ði]['ʌv(ə)n] .
It is done in a covered pan in the oven .
它 是 完毕 在 一个 涵盖 平底锅 在 这 烤箱 .

用带盖的平底锅在烤箱里烤制。

[ðə; ði] [mi:t] [ɪz][fɜ:st] [braʊn] [ɪn][ə; eɪ]['lɪt(ə)l][hɒt][fæt][ænd; ənd] [ðen] [pleɪst] [ɪn][ə; eɪ][pæn] [wɪtʃ] [ɪz] ['pɑ:tli] [fɪld] [wɪð] [stɒk] [ɔ:(r)]['wɔ:tə(r)] .
The meat is first browned in a little hot fat and then placed in a pan which is partly filled with stock or water .
这 肉 是 第一的 棕色 在 一个 小的 热的 胖的 和 然后 放置 在 一个 平底锅 哪个 是 部分 已填 和 库存 或者 水 .

先将肉在少量热油中煎至棕色，然后放入装有部分肉汤或水的平底锅中。

[ðə; ði][pæn][ɪz] ['kʌvəd] ['kləʊsli] [ænd; ənd][set][ɪn][ə; eɪ][hɒt]['ʌv(ə)n] .
The pan is covered closely and set in a hot oven .
这 平底锅 是 涵盖 密切 和 放 在 一个 热的 烤箱 .

将平底锅盖紧，放入热烤箱中。

['ɑ:ftə(r)][ten] ['mɪnɪts] [ðə; ði] ['temprətʃə(r)] [ɒv; əv][ðə; ði]['ʌv(ə)n][ɪz] [rɪ'dju:st] [tu:; tə][ə; eɪ]['veri] [ləʊ] [pɔɪnt] ,
After ten minutes the temperature of the oven is reduced to a very low point ,
后 十 分钟 这 温度 的 这 烤箱 是 减少 到 一个 非常 低的 观点 ,

十分钟后，烤箱温度降至极低水平。

[ænd; ənd][ðə; ði] [mi:t] [kʊks] ['sləʊli] [æz; əz][ðə; ði] [stɒk] [ɪn][ðə; ði][pæn] [ɪ'væpəreɪts] .
and the meat cooks slowly as the stock in the pan evaporates .
和 这 肉 厨师 缓慢地 作为 这 库存 在 这 平底锅 蒸发 .

随着锅中汤汁蒸发，肉慢慢煮熟。

[ðɪs] ['meθəd] [ɪz][ðə; ði] [best] [fɔ:(r); fə(r)][ɪn'fɪəriə(r)] ['pi:sɪz] [wɪtʃ] [rɪ'kwaɪə(r)] [lɒŋ] , [sləʊ] ['kʊkɪŋ] .
This method is the best for inferior pieces which require long , slow cooking .
这 方法 是 这 最好的 为了 下 件 哪个 要求 长的 , 慢的 烹饪 .

这种方法最适合需要长时间慢炖的品质较差的食材。

[ˌaɪ 'ti:][ɪz][æn; ən] ['eksələnt] ['meθəd] [ɒv; əv] ['kʊkɪŋ] [vi:l] .
It is an excellent method of cooking veal .
它 是 一个 出色的 方法 的 烹饪 小牛肉 .

这是一种极好的小牛肉烹饪方法。

[miːt] [wɪtʃ] [ɪz] ['lækɪŋ] [ɪn]['fleɪvə(r)][kæn; kən][biː; bi] ['fleɪvəd] [baɪ] ['ædɪŋ] ['vedʒtəb(ə)lz][ɔː(r)] [hɜːbs]
Meat which is lacking in flavor can be flavored by adding vegetables or herbs
肉 哪个 是 缺乏 在 味道 能 是 调味 经过 添加 蔬菜 或者 草药
[tuː; tə][ðə; ði] [stɒk] [ɪn][ðə; ði][pæn] .
to the stock in the pan .
到 这 库存 在 这 平底锅 .

如果肉的味道不够鲜美，可以在锅里的肉汤中加入蔬菜或香草来调味。

['dɪfrənt] [kʌts] [ɒv; əv] [miːt] [rɪ'kwaɪə(r)] ['dɪfrənt] ['meθədz] [ɒv; əv] ['kʊkɪŋ] [tuː; tə] [brɪŋ] [ə'baʊt] [ðə; ði]
Different cuts of meat require different methods of cooking to bring about the
不同的 削减 的 肉 要求 不同的 方法 的 烹饪 到 带来 关于 这
[best] [rɪ'zʌlts] .
best results .
最好的 结果 .

不同部位的肉需要不同的烹饪方法才能达到最佳效果。

[ðə; ði] ['fɒləʊɪŋ] ['daɪəgræm][ænd; ənd][ðə; ði] [ə'kʌmpənɪɪŋ] [sə'dʒestʃənz] [fɔː(r); fə(r)]['prɒpə(r)] [kʌts]
The following diagram and the accompanying suggestions for proper cuts
这 下列的 图表 和 这 随同 建议 为了 恰当的 削减
[fɔː(r); fə(r)]['sɜːt(ə)n] ['meθədz] [ɒv; əv] ['kʊkɪŋ] [ɑː(r); ə(r)] [ðəʊz] ['gɪv(ə)n][baɪ][ə; eɪ] ['prɒmɪnənt] ['tiːtʃə(r)] [ɪn]
for certain methods of cooking are those given by a prominent teacher in
为了 肯定 方法 的 烹饪 是 那些 给定 经过 一个 著名的 老师 在
[wʌn][ɒv; əv][ðə; ði] ['liːdɪŋ] [də'mestɪk] ['saɪəns] [skuːlz] [ɪn][ðə; ði][ju'naɪtɪd] [steɪts] .
one of the leading domestic science schools in the United States .
一 的 这 领导 国内的 科学 学校 在 这 团结的 各州 .

以下图表和针对特定烹饪方法的正确切割建议，是由美国一所顶尖家政学校的著名教师提供的。

[tʃʌk]
Chuck
查克

查克

[rɪbz]
Ribs
肋骨

肋骨

[lɔɪn]
Loin
腰部

腰部

[rʌmp]
Rump
臀部

臀部

[raʊnd]
Round
圆形的

圆形的

[haɪnd] [ʃæŋk]
Hind Shank
后 胫骨

后腿

[flæŋk]
Flank
侧翼

侧翼

['neɪvl] [end]
Navel End
脐 结尾

肚脐末端

[klɒd]
Clod
泥块

泥块

[fɔː(r)] [ʃæŋk]
Fore Shank
前 胫骨

前柄

['brɪskɪt] .
Brisket .
胸部 .

胸部。

[[peɪdʒ] [ˌfɪf'tiːn]]
[Page Fifteen]
[页 十五]

[第十五页]

[ðə; ði] ['præktɪkl]
The Practical
这 实际的

实用

['væljuː][ænd; ənd] [juːz] [ɒv; əv]
Value and Use of
价值 和 使用 的

价值和用途

['faɪələs] ['kʊkəz]
Fireless Cookers
无火 炊具

无火烹饪器

[[peɪdʒ] [ˌsɪks'tiːn]]
[Page Sixteen]
[页 十六]

[第十六页]

[ðə; ði]['ɒbdʒɪkt; əb'dʒekt][ɒv; əv][ðə; ði] ['fɒləʊɪŋ] ['ɑːtɪk(ə)l][ɪz][tuː; tə]['prez(ə)nt][ɪn]['sɪmp(ə)l][ænd; ənd]
The object of the following article is to present in simple and
这 目的 的 这 下列的 文章 是 到 展示 在 简单的 和
[kən'viːniənt] [fɔːm] [ðə; ði]['hɪstri; 'hɪstəri][ɒv; əv][ðə; ði] [grəʊθ] [ɒv; əv] ['faɪələs] ['kʊkɪŋ] [ænd; ənd][ɪts]
convenient form the history of the growth of fireless cooking and its
方便的 形式 这 历史 的 这 生长 的 无火 烹饪 和 它是
[əd'væntɪdʒ] ['əʊvə(r)][ðə; ði]['ɔːd(ə)n(ə)ri] ['meθədz] ,
advantages over the ordinary methods ,
优势 超过 这 普通的 方法 ,

本文旨在以简明易懂的方式介绍无火烹饪的发展历史及其相对于传统烹饪方法的优势。

[səʊ] [ðæt] [ðəʊz] ['wɪmɪn] [huː] [hæv; həv][hæd; həd][nəʊ] [ɪk'spɪəriəns] [ɪn][ðə; ði] ['mænɪdʒmənt] [ɒv; əv]
so that those women who have had no experience in the management of
所以 那 那些 女性 WHO 有 有 不 经验 在 这 管理 的
['faɪələs] ['kʊkəz] [meɪ] [biː; bi] [ɪn'kʌrɪdʒd] [tuː; tə][traɪ][ðem; ðəm] ,
fireless cookers may be encouraged to try them ,
无火 炊具 可能 是 鼓励 到 尝试 他们 ,

这样，那些没有使用无火炊具经验的妇女就可以受到鼓励去尝试使用。

[ænd; ənd] [ðəʊz] [əd'ventʃərəs] ['wɪmɪn] [huː] [ɪk'sperɪmentɪd] [wɪð] [ðə; ði] ['ɜːlɪə(r)] ['kʊkəz] [ænd; ənd]
and those adventurous women who experimented with the earlier cookers and
和 那些 冒险的 女性 WHO 实验 和 这 早些时候 炊具 和

[met] [wɪð] [ˌdɪsə'pɔɪntmənt] [meɪ] [biː; bi] [ɪn'djuːst] [tuː; tə][traɪ] [ə'gen] .
met with disappointment may be induced to try again .
遇见 和 失望 可能 是 诱导 到 尝试 再次 .

那些尝试过早期炊具但感到失望的、富有冒险精神的女性可能会因此受到鼓舞，再次尝试。

[sʌtʃ] ['emɪnənt] [ɔː'θɒrətiz] [æz; əz] ['lɪndə] [hʌl] [lɑːn] , ['ɔːθə(r)] [ɒv; əv] [ə; eɪ] ['sɪəriːz] [ɒv; əv] [kʊk] -
Such eminent authorities as Linda Hull Larned , author of a series of cook -
这样的 杰出 当局 作为 琳达 赫尔 拉尼德 , 作者 的 一个 系列 的 厨师 -

[bʊks] ;
books ;
图书 ;

琳达·赫尔·拉尼德（Linda Hull Larned）等著名权威人士，她是多部烹饪书籍的作者；

['mɑːgrət] [dʒeɪ] . ['mɪtʃəl] , [ɪn'strʌktə(r)][ɒv; əv] [də'mestɪk] ['saɪəns] [æt; ət] ['drɛksəl] , [pɑː] . ,
Margaret J . Mitchell , Instructor of Domestic Science at Drexel , Pa . ,
玛格丽特 J . 米切尔 , 讲师 的 国内的 科学 在 德雷克塞尔 , 宾夕法尼亚州 . ,

玛格丽特·J·米切尔，宾夕法尼亚州德雷克塞尔大学家政学讲师

[ænd; ənd] ['fɔːməli] [ˌdaɪə'tɪʃn] [ɒv; əv] [ˌmæn'hætn] ['ɪnstɪtjuːt] [steɪt] ['hɒspɪt(ə)l] , [en] . [waɪ] . ; ['mɪsɪz] .
and formerly Dietitian of Manhattan Institute State Hospital , N . Y . ; Mrs .
和 以前 营养师 的 曼哈顿 研究所 状态 医院 , N . 是 . ; 太太 .

['rʌnjən] ,
Runyon ,
鲁尼恩 ,

曾任纽约州曼哈顿州立医院营养师；鲁尼恩夫人

['mænɪdʒə(r)][ɒv; əv][ðə; ði]['lʌntʃruːm; 'lʌntʃrʊm][ɪn][ðə; ði] ['bɒstən] ['tʃeɪmbə(r)][ɒv; əv] ['kɒmɜːs] ; [ænd; ənd]
manager of the lunchroom in the Boston Chamber of Commerce ; and
经理 的 这 小吃店 在 这 波士顿 商会 的 商业 ; 和

[mɪs] ['ɑːmˌstrɒŋ] ,
Miss Armstrong ,
错过 阿姆斯特朗 ,

波士顿商会午餐室经理；以及阿姆斯特朗小姐，

[də'rektə(r); daɪ'rektə(r)][ɒv; əv][ðə; ði] ['drɛksəl] ['ɪnstɪtjuːt] ['lʌntʃruːm; 'lʌntʃrʊm] — [ɔːl] ['ædvəkeɪt] [ðə; ði][juːz]
director of the Drexel Institute lunchroom — all advocate the use
导演 的 这 德雷克塞尔 研究所 小吃店 — 全部 提倡 这 使用

[ɒv; əv] ['faɪələs] ['kʊkəz] ,
of fireless cookers ,
的 无火 炊具 ,

德雷克塞尔研究所餐厅主任——他们都提倡使用无火烹饪设备，

[ænd; ənd][ju'naɪt][ɪn][ðə; ði] [ə'sɜːʃ(ə)n] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː][hæz; həz][ɪn'veəriəbli] [biːn] [faʊnd] [ðæt] [ə; eɪ] [gʊd]
and unite in the assertion that it has invariably been found that a good
和 团结 在 这 断言 那 它 有 总是 到过 成立 那 一个 好的

[ˌʌndə'stændɪŋ] [ɒv; əv][ðeə(r)] ['mænɪdʒmənt] [hæz; həz] [rɪ'zʌltɪd] [ɪn] [sək'ses] ['fɒləʊd] [ɪn'evɪtəbli] [baɪ]
understanding of their management has resulted in success followed inevitably by
理解 的 他们的 管理 有 结果 在 成功 随后 不可避免地 经过

[ɪn'θjuːziæzəm] .
enthusiasm .
热情 .

他们一致认为，事实证明，对自身管理有良好的理解必然会带来成功，并随之而来的是热情。

[[peɪdʒ] [ˌsev(ə)n'tiːn]]
[Page Seventeen]
[页 十七]

[第十七页]

[ðə; ði] ['præktɪkl] ['væljuː] [ænd; ənd] [juːz] [ɒv; əv] ['faɪələs] ['kʊkəz]
The Practical Value and Use of Fireless Cookers
这 实际的 价值 和 使用 的 无火 炊具

无火炊具的实用价值和用途

[ðɪs] ['twentiəθ] ['sentʃəri] [ɪz] [ðə; ði] [eɪdʒ] [ɒv; əv] ['prəʊgres] [ɪn] ['meni] [də'rekʃ(ə)nz] ,
This twentieth century is the age of progress in many directions ,
这 第二十 世纪 是 这 年龄 的 进步 在 许多 方向 ，

二十世纪是各个领域取得进步的时代。

[bʌt; bət] [məʊst] [ɒv; əv] [ɔːl] [ɪn] [də'mestɪk] ['saɪəns] .
but most of all in Domestic Science .
但 最多 的 全部 在 国内的 科学 .

但最重要的是在家庭科学领域。

['nevə(r)] [bɪ'fɔː(r)] [hæz; həz] [səʊ] [mʌtʃ] [ə'tenʃ(ə)n] [biːn] [dɪ'vəʊtɪd] [tuː; tə] [ðə; ði] [həʊm] .
Never before has so much attention been devoted to the home .
绝不 前 有 所以 很多 注意力 到过 奉献 到 这 家 .

历史上从未有人如此关注过家庭。

['dʒɜːrnəlɪst] [ɑː(r); ə(r)] ['gɪvɪŋ] ['kɒləms] [ɒv; əv] [speɪs] [tuː; tə] [ðɪs] ['tɒpɪk] .
Journalists are giving columns of space to this topic .
记者 是 给予 列 的 空间 到 这 话题 .

新闻记者们正在用大量版面报道这个话题。

[tʃɜːtʃɪz] [ɑː(r); ə(r)] [daɪ'rektɪŋ] [ðeə(r)] ['efəts] [tuː; tə] [ðə; ði] ['betəmənt] [ɒv; əv] [ðə; ði] [həʊm] .
Churches are directing their efforts to the betterment of the home .
教堂 是 导演 他们的 努力 到 这 改善 的 这 家 .

教会正致力于改善家庭状况。

['wɪmɪnz] [klʌbz] [ænd; ənd] ['tʃærətəbl] [ˌɔːrgənə'zeɪʃənz] [hæv; həv] ['teɪkən] [ʌp] [ðə; ði] ['stʌdi] [ɒv; əv] [ðə; ði] [həʊm] .
Women's Clubs and charitable organizations have taken up the study of the home .
女性的 俱乐部 和 慈善 组织 有 已采取 向上 这 学习 的 这 家 .

妇女俱乐部和慈善组织已经开始研究家庭问题。

[ðə; ði] [məʊst] [ɪm'pɔːt(ə)nt] [rɪ'zʌlt] [ɒv; əv] [ɔːl] [ðɪs] ['ækʃ(ə)n] [ænd; ənd] [θɔːt] [ɪz] [ðə; ði] ['waɪdspred] [ə'weɪkənɪŋ] [tuː; tə] [ðə; ði] [fækt] [ðæt] [ðə; ði] ['səʊʃ(ə)l] [ænd; ənd] ['mɒrəl] ['stændɪŋ] [ɒv; əv] [ðə; ði] [həʊm] [ɪz] [də'rektli] [dɪ'pendənt] [ə'pɒn] [ɪts] [haɪ'dʒiːnɪk] [ænd; ənd] [ˌiːkə'nɒmɪk] [kən'dɪʃn] .
The most important result of all this action and thought is the widespread awakening to the fact that the social and moral standing of the home is directly dependent upon its hygienic and economic condition .
这 最多 重要的 结果 的 全部 这 行动 和 想法 是 这 广泛 唤醒 到 这 事实 那 这 社会的 和 道德 常设 的 这 家 是 直接地 依赖 之上 它是 卫生 和 经济的 状况 .

所有这些行动和思考最重要的结果是，人们普遍意识到，家庭的社会和道德地位直接取决于其卫生和经济状况。

[ɪn] [vjuː] [ɒv; əv] [ðɪs] [fækt] ,
In view of this fact ,
在 看法 的 这 事实 ，

鉴于此，

[ðə; ði] ['næʃ(ə)nəl] [ˌfedə'reɪʃ(ə)n] [ɒv; əv] ['wɪmɪnz] [klʌbz] [hæz; həz] ['præktɪkli] ['kʌvəd] [ðə; ði] [ju'naɪtɪd] [steɪts] [wɪð] [ðeə(r)] ['kaʊnti] ,
the National Federation of Women's Clubs has practically covered the United States with their County ,
这 国家的 联邦 的 女性的 俱乐部 有 几乎 涵盖 这 团结的 各州 和 他们的 县 ，

全国妇女俱乐部联合会的分支机构几乎遍布美国各地。

[steɪt] , [ænd; ənd] ['næʃ(ə)nəl] [kə'mɪtiz] [ɒn] ['haʊski:pɪŋ] .
State , and National Committees on Housekeeping .
状态 , 和 国家的 委员会 在 家政 .

州和国家家政委员会。

[ðeɪ] [nəʊ] [ðæt] [bæd] ['kʊkɪŋ] [ɪn] [ðə; ði] [həʊm] [mi:nz] [ʌn'sætɪsfaɪd] ['stʌməks] ,
They know that bad cooking in the home means unsatisfied stomachs ,
他们 知道 那 坏的 烹饪 在 这 家 方法 不满意 胃 ,

他们知道，家里饭菜做得不好，就意味着吃不饱。

[tu:; tə] ['grætɪfaɪ] [hu:z] ['kreɪvɪŋz] [ðə; ði] [sə'lu:n] [ɑ:(r); ə(r)] [fɪld] ; [ˌaɪ 'ti:] [mi:nz] [ə'ni:mɪk] ['tʃɪldrən] ,
to gratify whose cravings the saloons are filled ; it means anemic children ,
到 满足 谁 渴望 这 酒吧 是 已填 ; 它 方法 贫血 孩子们 ,

满足那些酒吧里挤满了人的欲望；这意味着贫血的儿童。

[ə; eɪ] ['fɪzɪk(ə)l] [kən'dɪʃn] [ðæt] [tend] [tu:; tə] [prə'dju:s] ['krɪmɪnlz] ; [ˌaɪ 'ti:] [mi:nz] ['premətʃə(r)] ['fju:nərəlz] .
a physical condition that tends to produce criminals ; it means premature funerals .
一个 身体的 状况 那 倾向于 到 生产 罪犯 ; 它 方法 过早 葬礼 .

一种容易导致犯罪的生理状况；它意味着过早的死亡。

[tu:; tə] ['remədi] [ði:z] ['i:vəlz] , [tʃɜ:tʃɪz] , ['dʒɜ:rnəlɪst] , [fi'lænθrəpist] , [klʌbz] [ɑ:(r); ə(r)] [ə'laɪk] ['wɜ:kɪŋ] ,
To remedy these evils , churches , journalists , philanthropists , clubs are alike working ,
到 补救 这些 罪恶 , 教堂 , 记者 , 慈善家 , 俱乐部 是 同样 在职的 ,

为了纠正这些弊端，教会、记者、慈善家、俱乐部等都在努力。

[ænd; ənd] [ɔ:l] [ɑ:(r); ə(r)] ['wɜ:kɪŋ] [ə'lɒŋ] [ðə; ði] [seɪm] [laɪnz] — [ðæt] [ɪz] , ['betə(r)] [həʊm] ['fɜ:nɪʃɪŋz] , ['betə(r)] ['fju:əlz] ,
and all are working along the same lines — that is , better home furnishings , better fuels ,
和 全部 是 在职的 沿着 这 相同的 线条 — 那 是 , 更好的 家 家具 , 更好的 燃料 ,

所有这些努力都朝着同一个方向进行——也就是说，更好的家居用品，更好的燃料。

['betə(r)] [ju:'tensɪlz] , [mɔ:(r)] [ɪ'fɪʃ(ə)nt] , [mɔ:(r)] [ˌi:kə'nɒmɪk] , [ænd; ənd] [les] [lə'bɔ:riəs] ['meθədz] [ɒv; əv] ['haʊski:pɪŋ] .
better utensils , more efficient , more economic , and less laborious methods of housekeeping .
更好的 餐具 , 更多的 高效的 , 更多的 经济的 , 和 较少的 费力的 方法 的 家政 .

更好的餐具，更高效、更经济、更省力的家务方法。

[ðeɪ] [hæv; həv] [nɒt] ['əʊnli] [sɔ:t] [ænd; ənd] [ˌɪntrə'dju:st] [nju:] [ɪn'venʃnz] ,
They have not only sought and introduced new inventions ,
他们 有 不是 仅有的 寻求 和 介绍 新的 发明 ,

他们不仅寻求并引进了新的发明，

[bʌt; bət] [ðeɪ] [hæv; həv] ['stʌdid] [ðə; ði] [pɑ:st] [ænd; ənd] [ə'dæptɪd] [ænd; ənd] [betə] [ðə; ði] [əʊld] .
but they have studied the past and adapted and bettered the old .
但 他们 有 研究 这 过去的 和 改编 和 改进 这 老的 .

但他们研究了过去，并对旧有的东西进行了改进和改良。

[ə'mʌŋ] [ðə; ði] [ədæp'teɪʃnz] [ɒv; əv] [ðə; ði] [əʊld] [aɪ'diəz] [wɪð] [nju:] [ænd; ənd] ['mɒd(ə)n] [ɪm'prʊvmənt] [ɪz] [ðə; ði] ['faɪələs] ['kʊkə(r)] .
Among the adaptations of the old ideas with new and modern improvements is the fireless cooker .
之中 这 适应 的 这 老的 想法 和 新的 和 现代的 改进 是 这 无火 炊具 .

在对旧思想进行改良和现代化改造的过程中，无火炊具应运而生。

['eɪdʒɪz][ə'gəʊ] [nɔː'wiːdʒən] [ænd; ənd]['dʒɜːmən] ['pez(ə)nt] ['wɪmɪn] ,
Ages ago Norwegian and German peasant women ,
年龄 前 挪威 和 德语 农民 女性 ,

很久以前，挪威和德国的农妇们

[ə'blaɪdʒd][tuː; tə][biː; bi] [ə'weɪ] [frɒm; frəm][ðə; ði] [haʊs] [ɔːl] [deɪ] ['wɜːkɪŋ] [ɪn][ðə; ði] ['fiːldz] ,
obliged to be away from the house all day working in the fields ,
有义务 到 是 离开 从 这 房子 全部 天 在职的 在 这 字段 ,

被迫整天离开家到田里干活，

[njuː] [ðə; ði]['siːkrət][ɒv; əv] ['brɪŋɪŋ] [fuːd] [tuː; tə][ðə; ði] ['bɔɪlɪŋ] [pɔɪnt] [ænd; ənd] [ðen] [kən'tɪnjʊɪŋ] [ɪts]
knew the secret of bringing food to the boiling point and then continuing its
知道 这 秘密 的 带来 食物 到 这 沸腾 观点 和 然后 继续 它是
['kʊkɪŋ] [ænd; ənd] ['kiːpɪŋ] [ˌaɪ 'tiː][hɒt][baɪ] ['pækɪŋ] [ˌaɪ 'tiː][ɪn][æn; ən] ['ɪmprəvaɪzd] [bɒks][ɒv; əv] [heɪ] .
cooking and keeping it hot by packing it in an improvised box of hay .
烹饪 和 保持 它 热的 经过 包装 它 在 一个 即兴发挥 盒子 的 干草 .

他知道将食物煮沸后，将其装入临时制作的干草箱中继续烹饪并保温的秘诀。

[ɪn][ðə; ði] ['iːvnɪŋ] [wen] [ðə; ði] ['wɪmɪn] [rɪ'tɜːnd] , ['wɪəri] [ænd; ənd] [wɔːn] [frɒm; frəm][ðeə(r)] [fiːld]
In the evening when the women returned , weary and worn from their field
在 这 晚上 什么时候 这 女性 返回 , 厌倦 和 磨损 从 他们的 场地
['leɪbə(r)] ,
labor ,
劳动 ,

傍晚时分，妇女们从田里回来，疲惫不堪。

[ðeə(r)][wɒz; wəz][ðə; ði]['fæməli]['dɪnə(r)][ɔːl] ['redi] [tuː; tə] [sɜːv] .
there was the family dinner all ready to serve .
那里 曾是 这 家庭 晚餐 全部 准备好 到 服务 .

家庭晚餐已经准备好了。

['dʒɜːmən] [klʌb] ['wɪmɪn] [wɜː(r); wə(r)][ðə; ði][fɜːst][tuː; tə] [siː] [ðə; ði]['væljuː][ɒv; əv] [ðɪs] [aɪ'dɪə] [ə'dæptɪd]
German club women were the first to see the value of this idea adapted
德语 俱乐部 女性 是 这 第一的 到 看 这 价值 的 这 主意 改编
[tuː; tə][ðə; ði] [niːdz] [ɒv; əv][ðə; ði]['dʒɜːmən] ['wɜːkɪŋ] [klɑːs] [ɒv; əv][ðə; ði]['prez(ə)nt] [deɪ] .
to the needs of the German working class of the present day .
到 这 需求 的 这 德语 在职的 班级 的 这 展示 天 .

德国俱乐部女性率先认识到这一理念的价值，并将其应用于满足当今德国工人阶级的需求。

[ðiːz] ['dʒɜːmən] [klʌb] ['wɪmɪn] [rɪ'vaɪvd] [ðə; ði] [heɪ] ['bɒksɪz][ænd; ənd][dɪ'strɪbjuːtɪd; 'dɪstrɪbjuːtɪd] ['nʌmbəz]
These German club women revived the hay boxes and distributed numbers
这些 德语 俱乐部 女性 复活 这 干草 盒子 和 分布式 数字
[ɒv; əv][ðem; ðəm] [ə'mʌŋ] [pɔː(r); pʊə(r)] ['fæmɪlɪz] [ænd; ənd][bɪ'gæn][æn; ən][ˌedʒu'keɪʃən(ə)l] [kæm'peɪn] [ɒn]
of them among poor families and began an educational campaign on
的 他们 之中 贫穷的 家庭 和 开始 一个 教育 活动 在
[ðeə(r)][juːz] .
their use .
他们的 使用 .

这些德国俱乐部妇女重新发明了干草箱，并将许多干草箱分发给贫困家庭，并开展了关于干草箱使用的教育活动。

[ðə; ði] [ə'merɪkən] [ˌmænju'fæktʃərə(r)] , ['evə(r)][ɒn][ðə; ði] [ə'lɜːt] [fɔː(r); fə(r)][aɪ'dɪəz] ,
The American manufacturer , ever on the alert for ideas ,
这 美国人 制造商 , 曾经 在 这 警报 为了 想法 ,

这家美国制造商时刻警惕，不断寻求创新。

[wɒz; wəz] [kwɪk] [tuː; tə] [pə'siːv] [ðə; ði][ˌiːkə'nɒmɪk][ænd; ənd] [kə'mɜːʃ(ə)l] [əd'væntɪdʒ] [ɒv; əv] ['meɪkɪŋ]
was quick to perceive the economic and commercial advantages of making
曾是 快的 到 感知 这 经济的 和 商业的 优势 的 制作
[sʌtʃ] [æn; ən] [ə'plaɪəns] [ɪn][æn; ən][ʌp] - [tuː; tə] - [deɪt] ['mænə(r)] ,
such an appliance in an up - to - date manner ,
这样的 一个 器具 在 一个 向上 - 到 - 日期 方式 ,

他很快就意识到以现代化方式制造这种设备所带来的经济和商业优势。

[ænd; ənd][səʊ][tuː; tə] - [deɪ] [wiː; wi][hæv; həv][ɒn][ðə; ði] ['mɑːkɪt] ['njuːmərəs] ['faɪələs] ['kʊkəz] .
and so to - day we have on the market numerous fireless cookers .
和 所以 到 - 天 我们 有 在 这 市场 很多的 无火 炊具 .

所以如今市场上有很多无火烹饪器具。

[[peɪdʒ] [ˌeɪ'tiːn]]
[Page Eighteen]
[页 十八]

[第十八页]

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

厨房百科全书(The kitchen encyclopedia)

第2/3页

[ðə; ði]['prɪnsəp(ə)l][ɒv; əv] ['faɪələs] ['kʊkɪŋ] , [ðəʊ] [ˌaɪ 'tiː] [beəz] [ðə; ði] ['dɪfɪkəlt] [neɪm] [ɒv; əv]
The principle of fireless cooking , though it bears the difficult name of
这 原则 的 无火 烹饪 , 尽管 它 熊 这 难的 姓名 的
- , [ɪz]['sɪmp(ə)l] [ɪ'nʌf] .
recaloration , is simple enough .
- , 是 简单的 足够的 .

无火烹饪的原理，虽然名为“再加热”，听起来很拗口，但其实很简单。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['mɪəli] [ðə; ði] [rɪ'tenʃ(ə)n] [ɒv; əv] [hiːt] [θruː] [kəm'pliːt] [ˌɪnsju'leɪʃ(ə)n] ,
It is merely the retention of heat through complete insulation ,
它 是 仅仅 这 保留 的 热 通过 完全的 绝缘 ,

这仅仅是通过完全隔热来保持热量而已。

[dʒʌst][æz; əz][wiː; wi] [rɪ'teɪn] [kəʊld][ɪn][ðə; ði][aɪs] - [bɒks][baɪ] [kəm'pliːt] [ˌɪnsju'leɪʃ(ə)n] .
just as we retain cold in the ice - box by complete insulation .
只是 作为 我们 保持 寒冷的 在 这 冰 - 盒子 经过 完全的 绝缘 .

就像我们通过完全隔热来保持冰盒里的冷气一样。

[ɪn][ðə; ði][fɜːst] [keɪs] ,
In the first case ,
在 这 第一的 案件 ,

第一种情况下，

[ə; eɪ][mə'tɪəriəl] [wɪtʃ] [ɪz][ə; eɪ][pɔː(r); pʊə(r)][kən'dʌktə(r)][ɒv; əv] [hiːt] [ɪz] [ˌɪntə'pəʊzd] [bɪ'twiːn] [ðə; ði]
a material which is a poor conductor of heat is interposed between the
一个 材料 哪个 是 一个 贫穷的 导体 的 热 是 插入 之间 这
['ket(ə)l][ɒv; əv][hɒt] [fuːd] [ænd; ənd][ðə; ði] [sə'raʊndɪŋ] ['ætməsfɪə(r)] [tuː; tə] [prɪ'vent] [ˌreɪdi'eɪʃn] [ɔː(r)]
kettle of hot food and the surrounding atmosphere to prevent radiation or
壶 的 热的 食物 和 这 周围 气氛 到 防止 辐射 或者
[ðə; ði] [ɪ'skeɪp] [ɒv; əv] [hiːt] ['ɪntuː][ðə; ði] [sə'raʊndɪŋ] [eə(r)] .
the escape of heat into the surrounding air .
这 逃脱 的 热 进入 这 周围 空气 .

在盛有热食物的锅和周围大气之间放置一种导热性差的材料，以防止热量辐射或散失到周围空气中。

[ɪn][ðə; ði]['sekənd] [keɪs] ,
In the second case ,
在 这 第二 案件 ,

在第二种情况下，

[ə; eɪ][pɔː(r); pʊə(r)][kən'dʌktə(r)][ɒv; əv] [hiːt] [ɪz] [pleɪst] [bɪ'twiːn] [ðə; ði][aɪs][ænd; ənd][ðə; ði]['wɔːmə(r)]
a poor conductor of heat is placed between the ice and the warmer
一个 贫穷的 导体 的 热 是 放置 之间 这 冰 和 这 更温暖
[sə'raʊndɪŋ] ['ætməsfɪə(r)] [tuː; tə] [prɪ'vent] [ðə; ði]['kɒntækt][ɒv; əv][ðə; ði] ['ætməsfɪə(r)] [wɪð] [ðə; ði][aɪs]
surrounding atmosphere to prevent the contact of the atmosphere with the ice
周围 气氛 到 防止 这 接触 的 这 气氛 和 这 冰
[ænd; ənd][ðə; ði] ['kɒnsɪkwənt] [ˌiːkwəlaɪ'zeɪʃn] [ɒv; əv] ['temprətʃər] .
and the consequent equalization of temperatures .
和 这 后果 均衡 的 温度 .

在冰和较暖的周围大气之间放置热导体不良的材料，以防止大气与冰接触，从而导致温度趋于一致。

[ə; eɪ]['vækjuːm][ɪz][æn; ən] ['eksələnt] [nɒn] - [kən'dʌktə(r)][ɒv; əv] [hiːt] [ænd; ənd][ɪz] [ɪm'plɔɪd] [ɪn][ðə; ði]
A vacuum is an excellent non - conductor of heat and is employed in the
一个 真空 是 一个 出色的 非 - 导体 的 热 和 是 受雇 在 这
['θɜːməs] ['bɒtlz] ['ædvətaɪzd] [fɔː(r); fə(r)][juːz][ɒn] ['ɔːtəməbiːl] [trɪps] ,
Thermos bottles advertised for use on automobile trips ,
热水瓶 瓶子 广告 为了 使用 在 汽车 旅行 ,

真空是极佳的热非导体，因此被用于广告宣传的适合汽车旅行使用的保温瓶中。

[bʌt; bət][ə; eɪ]['vækjuːm][ɪz] [ɪk'spensɪv] [ænd; ənd] ['dɪfɪkəlt] [tuː; tə][əb'teɪn] ,
but a vacuum is expensive and difficult to obtain ,
但 一个 真空 是 昂贵的 和 难的 到 获得 ,

但是吸尘器价格昂贵且难以获得。

[wɪtʃ] [ə'kaʊnts] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] [haɪ] [praɪs][ɒv; əv] ['θɜːməs] ['bɒtlz] .
which accounts for the high price of Thermos bottles .
哪个 账户 为了 这 高的 价格 的 热水瓶 瓶子 .

这也解释了为什么保温瓶价格昂贵。

[ðə; ði] ['efət] [hæz; həz] [biːn] [tuː; tə][faɪnd][sʌm; səm] ['ɪnsjuleɪtɪŋ] ['eɪdʒənt] [wɪ'ðɪn] [ðə; ði] [miːnz] [ɒv; əv]
The effort has been to find some insulating agent within the means of
这 努力 有 到过 到 寻找 一些 绝缘 代理人 之内 这 方法 的
[ðə; ði] ['ævərɪdʒ] ['haʊswaɪf] .
the average housewife .
这 平均的 家庭主妇 .

这项工作的目的是找到普通家庭主妇都能负担得起的隔热材料。

[ðɪs] [hæz; həz] [naʊ] [biːn] [dʌn] [ɪn][ðə; ði]['met(ə)l] - [laɪnd] ['kʊkəz] .
This has now been done in the metal - lined cookers .
这 有 现在 到过 完毕 在 这 金属 - 衬里 炊具 .

现在，这种做法已经在金属内衬炊具中实现了。

[ðə; ði][ˌeksplə'neɪʃ(ə)n][ɒv; əv][ðə; ði] ['kʊkɪŋ] ['prɪnsəp(ə)l][ɪz] ['iːkwəli] ['sɪmp(ə)l] .
The explanation of the cooking principle is equally simple .
这 解释 的 这 烹饪 原则 是 同样地 简单的 .

烹饪原理的解释同样简单。

['ɔːdnrəli] [wiː; wi] [hiːt] [fuːd] [tuː; tə][ə; eɪ]['sɜːt(ə)n] ['temprətʃə(r)] , [seɪ] , [ðə; ði] ['bɔɪlɪŋ] [pɔɪnt] ,
Ordinarily we heat food to a certain temperature , say , the boiling point ,
按说 我们 热 食物 到 一个 肯定 温度 , 说 , 这 沸腾 观点 ,

通常我们会将食物加热到一定温度，比如沸点。

[ænd; ənd] [ðen] [wiː; wi] [liːv] [ˌaɪ 'tiː]['əʊvə(r)][ðə; ði]['faɪə(r)][fɔː(r); fə(r)][sʌm; səm][taɪm] , [nɒt][tuː; tə][get]
and then we leave it over the fire for some time , not to get
和 然后 我们 离开 它 超过 这 火 为了 一些 时间 , 不是 到 得到
[hɒtə] ,
hotter ,
更热 ,

然后我们把它放在火上焖一会儿，不要让它变得更热。

[ðæt] [wʊd] [biː; bi][ɪm'pɒsəb(ə)l] , [bʌt; bət][tuː; tə] [kiːp] [ˌaɪ 'tiː][æt; ət][ðə; ði] [seɪm] [dɪ'griː] [ɒv; əv] [hiːt] ,
that would be impossible , but to keep it at the same degree of heat ,
那 会 是 不可能的 , 但 到 保持 它 在 这 相同的 程度 的 热 ,

那是不可能的，但要保持同样的温度，

[ænd; ənd][tuː; tə][duː; də] [ðɪs] [wiː; wi][mʌst; məst] , [ɒn] [ə'kaʊnt] [ɒv; əv] [ˌreɪdi'eɪʃn] ['ɪntuː][ðə; ði]
and to do this we must , on account of radiation into the
和 到 做 这 我们 必须 , 在 帐户 的 辐射 进入 这
[sə'raʊndɪŋ] ['ætməsfɪə(r)] ,
surrounding atmosphere ,
周围 气氛 ,

而要做到这一点，我们必须考虑到辐射到周围大气中的问题，

[kiːp] [ɒn] [sə'plaɪɪŋ] [hiːt] .
keep on supplying heat .
保持 在 供应 热 .

持续供热。

[ɪn][ðə; ði] ['faɪələs] ['kʊkə(r)] [ðə; ði] [hiːt] [wʌns]['dʒenəˌreɪtɪd][ɪz] [kən'sɜːvd] ,
In the fireless cooker the heat once generated is conserved ,
在 这 无火 炊具 这 热 一次 生成的 是 已保存 ,

在无火烹饪中，产生的热量会被保存下来。

[ænd; ənd][ðeə(r)][ɪz][nəʊ] [niːd] [tuː; tə][ˌeɪ diː 'diː] [ˌðeə'tuː] .
and there is no need to add thereto .
和 那里 是 不 需要 到 添加 到 .

无需再添加其他内容。

[ˌhɪər'ɪn] [laɪz][ðə; ði] [ɪ'kɒnəmi] [ɪn]['fjuːəl] .
Herein lies the economy in fuel .
在此处 谎言 这 经济 在 燃料 .

这就是燃油经济性的关键所在。

[juː; jʊ][hæv; həv]['əʊnli][tuː; tə] [bɜːn] [gæs] [lɒŋ] [ɪ'nʌf] [tuː; tə] [brɪŋ] [ðə; ði] [fuːd] [tuː; tə][ðə; ði] ['bɔɪlɪŋ] [pɔɪnt] ,
You have only to burn gas long enough to bring the food to the boiling point ,
你 有 仅有的 到 烧伤 气体 长的 足够的 到 带来 这 食物 到 这 沸腾 观点 ,

你只需要燃烧煤气直到食物沸腾即可。

[ænd; ənd][ðə; ði] ['faɪələs] ['kʊkə(r)] [dʌz] [ðə; ði] [rest] .
and the fireless cooker does the rest .
和 这 无火 炊具 做 这 休息 .

剩下的就交给这台无火烹饪机吧。

[juː; jʊ][kæn; kən] [pʊt] ['dɪnə(r)] [ɒn][tuː; tə] [kʊk] , [ænd; ənd][gəʊ][tuː; tə] [wɜːk] , [tuː; tə][ðə; ði] ['θɪətə(r)] ,
You can put dinner on to cook , and go to work , to the theatre ,
你 能 放 晚餐 在 到 厨师 , 和 去 到 工作 , 到 这 剧院 ,

你可以做好晚餐，然后去上班、去看戏。

[tuː; tə]['vɪzɪt][ə; eɪ] [frend] , [ɔː(r)] [riːd] , [ɔː(r)] [səʊ] ,
to visit a friend , or read , or sew ,
到 访问 一个 朋友 , 或者 读 , 或者 缝 ,

拜访朋友，或者阅读，或者缝纫，

[wɪ'ðaʊt] ['gɪvɪŋ] [jɔː(r); jə(r)] [miːl] ['eni] ['fɜːðə(r)] [ə'tenʃ(ə)n] [tɪl] [taɪm] [tuː; tə] [sɜːv] [ˌaɪ 'tiː] .
without giving your meal any further attention till time to serve it .
没有 给予 你的 一顿饭 任何 更远 注意力 直到 时间 到 服务 它 .

直到上菜时间之前，不要再对你的饭菜进行任何照料。

[ðɪs] [saʊndz] [laɪk] [ə; eɪ]['feəri] [teɪl] , [bʌt; bət][ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['æbsəluːtli] [truː] .
This sounds like a fairy tale , but it is absolutely true .
这 声音 喜欢 一个 仙女 故事 , 但 它 是 绝对地 真的 .

这听起来像个童话故事，但却是千真万确的。

[baɪ][ðə; ði] ['faɪələs] ['kʊkə(r)] [juː; jʊ] [seɪv] [naɪn] - [tenθs] [ɒv; əv][ðə; ði]['fjuːəl] , [ænd; ənd] ['naɪnti] - [naɪn] ['hʌndrədθ] [ɒv; əv][jɔː(r); jə(r)]['tempə(r)] ,
By the fireless cooker you save nine - tenths of the fuel , and ninety - nine hundredths of your temper ,
经过 这 无火 炊具 你 节省 九 - 十分之一 的 这 燃料 , 和 九十 - 九 百分之一 的 你的 脾气 ,

使用无火炊具，可以节省十分之九的燃料，还能避免百分之九十九的烦躁。

[jɔː(r); jə(r)] [taɪm] , [ænd; ənd] [jɔː(r); jə(r)] ['leɪbə(r)] .
your time , and your labor .
你的 时间 , 和 你的 劳动 .

你的时间和劳动。

[juː; jʊ] [duː; də] [nɒt] [bɪ'kʌm] [pə'spaɪərɪŋ] [ænd; ənd] [krɒs] [ɪn] [ə; eɪ] [hɒt] ['kɪtʃɪn] .
You do not become perspiring and cross in a hot kitchen .
你 做 不是 变得 出汗 和 叉 在 一个 热的 厨房 .

你不会在炎热的厨房里汗流浃背、怒气冲冲。

[juː; jʊ] [duː; də] [nɒt] [hæv; həv] [skɔːtʃt] [pɒts] [ænd; ənd] ['ket(ə)lz] [tuː; tə] [skreɪp] [ænd; ənd] ['skaʊə(r)]
You do not have scorched pots and kettles to scrape and scour
你 做 不是 有 烧焦的 锅 和 水壶 到 刮 和 冲刷
[ænd; ənd] [wɒʃ] .
and wash .
和 洗 .

你无需刮擦、擦洗和清洗烧焦的锅碗瓢盆。

[ə'nʌðə(r)] [pɔɪnt] [ɪn] ['feɪvə(r)] [ɒv; əv] ['faɪələs] ['kʊkɪŋ] [ɪz] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [ə'tendɪd] [baɪ] ['æbsəluːtli] [nəʊ]
Another point in favor of fireless cooking is that it is attended by absolutely no
其他 观点 在 偏爱 的 无火 烹饪 是 那 它 是 参加 经过 绝对地 不
['əudəz] .
odors .
气味 .

无火烹饪的另一个优点是完全没有异味。

[sʌtʃ] ['vedʒtəb(ə)lz] [æz; əz] ['ʌnjənz] [ænd; ənd] ['kæbɪdʒ] [kæn; kən] [biː; bi] [kʊkt] [wɪ'ðaʊt] ['eni] [wʌnz]
Such vegetables as onions and cabbage can be cooked without any one's
这样的 蔬菜 作为 洋葱 和 卷心菜 能 是 煮熟 没有 任何 一个人的
[sə'spekt, 'sʌspekt] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [ɪn] [ðə; ði] [haʊs] .
suspecting they are in the house .
怀疑 他们 是 在 这 房子 .

像洋葱和卷心菜这样的蔬菜，可以在不引起任何人怀疑的情况下烹饪。

[ðə; ði] [ɪ'kɒnəmi] [ɪn] ['juːzɪŋ] [ðə; ði] ['faɪələs] ['kʊkə(r)] [ɪz] [nɒt] [kən'faɪnd] ['səʊlli] [tuː; tə] [ə; eɪ] ['seɪvɪŋ] [ɪn] [gæs]
The economy in using the fireless cooker is not confined solely to a saving in gas
这 经济 在 使用 这 无火 炊具 是 不是 受限 仅 到 一个 保存 在 气体
[ænd; ənd] ['leɪbə(r)] .
and labor .
和 劳动 .

使用无火炊具的经济效益不仅限于节省燃气和人工。

[ðeə(r)] [ɪz] ['ɔːlsəʊ] [æn; ən] ['æktʃuəl] [ænd; ənd] [greɪt] [ɪ'kɒnəmi] [ɪn] [fuːd] ,
There is also an actual and great economy in food ,
那里 是 还 一个 实际的 和 伟大的 经济 在 食物 ,

食品领域也蕴藏着巨大的经济潜力。

[fɔː(r); fə(r)] [ðeə(r)] [ɪz] ['ɔːlməʊst] [nəʊ] [weɪst] [ɪn] [ðɪs] ['meθəd] [ɒv; əv] ['kʊkɪŋ] .
for there is almost no waste in this method of cooking .
为了 那里 是 几乎 不 浪费 在 这 方法 的 烹饪 .

因为这种烹饪方法几乎没有浪费。

[teɪk] [fɔː(r); fə(r)] [ɪg'zɑːmp(ə)l] [ə; eɪ] [faɪv] - [paʊnd] [piːs] [ɒv; əv] [biːf] [frɒm; frəm] [ðə; ði] [raʊnd] .
Take for example a 5 - pound piece of beef from the round .
拿 为了 例子 一个 5 - 磅 片 的 牛肉 从 这 圆形的 .

以一块5磅重的牛后腿肉为例。

[pʊt] [ðɪs] [ɪn] [ðə; ði] ['ket(ə)l] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['faɪələs] ['kʊkə(r)] [wɪð] [ə; eɪ] [paɪnt] [ɒv; əv]
Put this in the kettle of the fireless cooker with a pint of
放 这 在 这 壶 的 这 无火 炊具 和 一个 品脱 的

把这个和一品脱……一起放入无火炊具的壶中

[[peɪdʒ] [ˌnaɪn'tiːn]]
[Page Nineteen]
[页 十九]

[第十九页]

['wɔːtə(r)][fɔː(r); fə(r)] [iːtʃ] [paʊnd] [ɒv; əv] [miːt] .
water for each pound of meat .
水 为了 每个 磅 的 肉 .

每磅肉需要多少水?

[hiːt] [ˌaɪ 'tiː][ɒn][ðə; ði][gæs][reɪndʒ] ['sləʊli] ,
Heat it on the gas range slowly ,
热 它 在 这 气体 范围 缓慢地 ,

在燃气灶上慢慢加热。

['teɪkɪŋ] [ə'baʊt] ['twenti] ['mɪnɪts] [tuː; tə] [brɪŋ] [ˌaɪ 'tiː][tuː; tə][ðə; ði] ['bɔɪlɪŋ] [pɔɪnt] .
taking about twenty minutes to bring it to the boiling point .
采取 关于 二十 分钟 到 带来 它 到 这 沸腾 观点 .

大约需要二十分钟才能将其煮沸。

[ðen] , [ə'kɔːdɪŋ] [tuː; tə][də'rekʃ(ə)nz] , [pleɪs] [ˌaɪ 'tiː][ɪn][ðə; ði] ['faɪələs] ['kʊkə(r)][ænd; ənd] ['fɪnɪʃ] [ðə; ði] ['kʊkɪŋ] .
Then , according to directions , place it in the fireless cooker and finish the cooking .
然后 , 根据 到 方向 , 地方 它 在 这 无火 炊具 和 结束 这 烹饪 .

然后，按照说明，将其放入无火烹饪器具中完成烹饪。

[wen] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [dʌn] [ænd; ənd]['tendə(r)] ,
When it is done and tender ,
什么时候 它 是 完毕 和 投标 ,

当它煮熟变软时，

[ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [biː; bi] [faʊnd] [ðæt] [ðeə(r)][ɪz]['əʊnli][ə; eɪ] ['mɪnɪt] [lɒs] [ɪn] [weɪt] ;
it will be found that there is only a minute loss in weight ;
它 将要 是 成立 那 那里 是 仅有的 一个 分钟 损失 在 重量 ;

结果表明，体重仅有轻微下降；

[tuː; tə][biː; bi][ɪg'zækt] , [ˌtuː'tuː] ['aʊnsɪz] [fɔː(r); fə(r)][faɪv] [paʊndz] .
to be exact , 2 ounces for 5 pounds .
到 是 精确的 , 2 盎司 为了 5 磅 .

准确来说，5磅等于2盎司。

[juː; jʊ] [bɔːt] [faɪv] [paʊndz] [ɒv; əv] [miːt] [ænd; ənd][hæv; həv][tuː; tə] [sɜːv] [ɒn][jɔː(r); jə(r)]['teɪb(ə)l][fɔː(r)] [paʊndz] [ænd; ənd] - ['aʊnsɪz] .
You bought 5 pounds of meat and have to serve on your table 4 pounds and 14 ounces .
你 买 5 磅 的 肉 和 有 到 服务 在 你的 桌子 4 磅 和 - 盎司 .

你买了5磅肉，但要摆上餐桌的肉只有4磅14盎司。

[juː; jʊ][kʊd; kəd][nɒt] [meɪk] ['eni] [sʌtʃ] ['ʃəʊɪŋ] [ɪf] [juː; jʊ][hæd; həd] [kʊkt] [ðə; ði] [miːt] [ɒn][ə; eɪ][gæs] [ɔː(r)][kəʊl][reɪndʒ] .
You could not make any such showing if you had cooked the meat on a gas or coal range .
你 可以 不是 制作 任何 这样的 显示 如果 你 有 煮熟 这 肉 在 一个 气体 或者 煤炭 范围 .

如果你用煤气炉或煤炭炉灶烹制肉类，就无法做出这样的证明。

[fɔː(r)] [paʊndz] [ænd; ənd] - ['aʊnsɪz] , [haʊ'evə(r)] , [ɪz][nɒt] [ɔːl] [ðæt] [juː; jʊ][hæv; həv][tuː; tə] [sɜːv] .
Four pounds and 14 ounces , however , is not all that you have to serve .
四 磅 和 - 盎司 , 然而 , 是 不是 全部 那 你 有 到 服务 .

然而，你准备的还不止四磅十四盎司。

[juː; jʊ][ə'rɪdʒənəli] ['ædɪd] [tuː; tə][jɔː(r); jə(r)] [miːt] [faɪv][paɪnts][ɒv; əv]['wɔːtə(r)] .
You originally added to your meat 5 pints of water .
你 起初 额外 到 你的 肉 5 品脱 的 水 .

你最初在肉里加了5品脱水。

[ə; eɪ]['lɪt(ə)l][ɒv; əv] [ðɪs] [ɪ'væpəreɪtɪd] [ɔː(r)] [kʊkt] [ə'weɪ] [ɪn][ðə; ði] ['twenti] ['mɪnɪts] ['praɪməri] ['kʊkɪŋ]
A little of this evaporated or cooked away in the twenty minutes primary cooking
一个 小的 的 这 蒸发 或者 煮熟 离开 在 这 二十 分钟 基本的 烹饪
[ɒn][ðə; ði] [stəʊv] .
on the stove .
在 这 火炉 .

在炉子上进行二十分钟的主要烹饪过程中，其中一部分水分蒸发或被消耗掉了。

[ɔːl] [ðə; ði] [rest] [ɪz] [rɪ'teɪnd] , [fɔː(r); fə(r)][ðeə(r)][ɪz] ['æbsəluːtli] [nəʊ] [ɪˌvæpə'reɪʃ(ə)n][ɪn][ə; eɪ] ['faɪələs] ['kʊkə(r)]
All the rest is retained , for there is absolutely no evaporation in a fireless cooker
全部 这 休息 是 保留 , 为了 那里 是 绝对地 不 蒸发 在 一个 无火 炊具
.
.
.

其余的水分都被保留了下来，因为无火烹饪中绝对不会发生蒸发。

[ðɪs] ['wɔːtə(r)][hæz; həz] ['ædɪd] [tuː; tə][ˌaɪ 'tiː][ðə; ði]['njuːtrətɪv]['væljuː][ænd; ənd]['fleɪvə(r)] [ə'kwaɪəd]
This water has added to it the nutritive value and flavor acquired
这 水 有 额外 到 它 这 营养 价值 和 味道 获得
[frɒm; frəm][ðə; ði] [miːt] .
from the meat .
从 这 肉 .

水吸收了肉中的营养价值和风味。

[səʊ] [bɪ'saɪdz] [jɔː(r); jə(r)][fɔːr] [paʊndz] [ænd; ənd] - ['aʊnsɪz] [ɒv; əv] [miːt] [juː; jʊ][hæv; həv]['əʊvə(r)][fɔːr]
So besides your 4 pounds and 14 ounces of meat you have over 4
所以 除了 你的 4 磅 和 - 盎司 的 肉 你 有 超过 4
[paɪnts][ɒv; əv] [rɪtʃ] [suːp] [stɒk] [wɪtʃ] [hæz; həz][kɒst][juː; jʊ] ['æbsəluːtli] ['nʌθɪŋ] ,
pints of rich soup stock which has cost you absolutely nothing ,
品脱 的 富有的 汤 库存 哪个 有 成本 你 绝对地 没有什么 ,

所以，除了你那4磅14盎司的肉之外，你还得到了超过4品脱的浓郁汤汁，而这一切你一分钱都没花。

[æz; əz][ˌaɪ 'tiː][ɪz][ə; eɪ][baɪ] - ['prɒdʌkt] [ɒv; əv][ðə; ði] ['sɪstəm] [ɒv; əv] ['faɪələs] ['kʊkɪŋ] .
as it is a by - product of the system of fireless cooking .
作为 它 是 一个 经过 - 产品 的 这 系统 的 无火 烹饪 .

它是无火烹饪系统的副产品。

" [bʌt; bət] , " ['ɒbdʒɪkts][sʌm; səm][wʌn] ,
" But , " objects some one ,
" 但 , " 对象 一些 一 ,

“但是,”有人反驳道，“

" [ðə; ði] [miːt] [kʊkt] [ɪn] [sʌtʃ] [waɪz] [wɪl] [hæv; həv] [lɒst] [ɔːl] [ɪts][dʒuːs][ænd; ənd]['fleɪvə(r)] .
" the meat cooked in such wise will have lost all its juice and flavor .
" 这 肉 煮熟 在 这样的 明智的 将要 有 丢失的 全部 它是 汁 和 味道 .

“这样烹饪的肉会失去所有的汁水和味道。”

" [ɒn][ðə; ði] ['kɒntrəri] , [ðeə(r)][ɪz][ə; eɪ][dɪ'stɪŋkt] [geɪn][ɪn][ðə; ði]['mætə(r)][ɒv; əv]['fleɪvə(r)][ɪn] ['faɪələs]
" On the contrary , there is a distinct gain in the matter of flavor in fireless
" 在 这 相反 , 那里 是 一个 清楚的 获得 在 这 事情 的 味道 在 无火
['kʊkəri] .
cookery .
烹饪 .

相反，无火烹饪在风味方面却有明显的优势。

[wiː; wi] ['æbsəluːtli] [nəʊ] [ðɪs] [tuː; tə] [biː; bi] [səʊ] , [fɔː(r); fə(r)] [wiː; wi] [hæv; həv] [hæd; həd] ['veəriəs] [kʌts] [ɒv; əv] [miːt] ,
We absolutely know this to be so , for we have had various cuts of meat ,
我们 绝对地 知道 这 到 是 所以 , 为了 我们 有 有 各种各样的 削减 的 肉 ,

我们对此非常肯定，因为我们吃过各种不同的肉。

[ɪ'speʃəli] [ðə; ði] [tʃiːpə] [kʌts] ,
especially the cheaper cuts ,
尤其 这 更便宜 削减 ,

尤其是价格较低的切法，

[kʊkt] [ɪn] [ə; eɪ] ['faɪələs] ['kʊkə(r)] [ænd; ənd] [ðə; ði] ['dɪʃɪz] [səʊ] [prɪ'peəd] [hæv; həv] [biːn] [səb'mɪtɪd] [tuː; tə] ['kɒmpɪtənt] ['dʒʌdʒɪz] ;
cooked in a fireless cooker and the dishes so prepared have been submitted to competent judges ;
煮熟 在 一个 无火 炊具 和 这 菜肴 所以 准备 有 到过 提交 到 胜任的 法官 ;

用无火炊具烹制而成，并且这样烹制的菜肴已提交给有资质的法官；

[ðə; ði] [ə'pɪnjən] [wɒz; wəz] [ju'nænɪməs] [ðæt] [ðeə(r)] [wɒz; wəz] [ə; eɪ] ['riːəl] ['dɪfrəns] [bɪ'twiːn] [ðə; ði] ['fleɪvə(r)] [ɒv; əv] [miːts] [səʊ] [kʊkt] [ænd; ənd] [ðæt] [ɒv; əv] [ˌkɒrə'spɒndɪŋ] [kʌts] [kʊkt] ['ɑːftə(r)] [ðə; ði] ['juːʒuəl] ['meθədz] ,
the opinion was unanimous that there was a real difference between the flavor of meats so cooked and that of corresponding cuts cooked after the usual methods ,
这 观点 曾是 一致 那 那里 曾是 一个 真实的 不同之处 之间 这 味道 的 肉类 所以 煮熟 和 那 的 相应的 削减 煮熟 后 这 通常 方法 ,

大家一致认为，用这种方法烹饪的肉的味道与用通常方法烹饪的相应部位的肉的味道确实有所不同。

[ænd; ənd] [ðæt] [ðə; ði] ['delɪkəsi] [ænd; ənd] ['rɪtʃnəs] [ɒv; əv] ['fleɪvə(r)] [leɪ] [wɪð] [ðəʊz] [miːts] [kʊkt] [baɪ] [ðə; ði] ['faɪələs] ['meθəd] .
and that the delicacy and richness of flavor lay with those meats cooked by the fireless method .
和 那 这 美味 和 丰富 的 味道 躺 和 那些 肉类 煮熟 经过 这 无火 方法 .

而那些用无火方法烹制的肉类，其味道的鲜美和浓郁才是关键所在。

[wen] [wʌn] [ˌʌndə'stændz] [ðə; ði] ['prɪnsəp(ə)lz] [ɒv; əv] ['kʊkəri] [ðɪs] ['rɪtʃnəs] [ɒv; əv] ['fleɪvə(r)] [ɒv; əv] [miːts] [kʊkt] [baɪ] [ðə; ði] ['faɪələs] ['meθəd] [ɪz] [nɒt] [sə'praɪzɪŋ] .
When one understands the principles of cookery this richness of flavor of meats cooked by the fireless method is not surprising .
什么时候 一 明白 这 原则 的 烹饪 这 丰富 的 味道 的 肉类 煮熟 经过 这 无火 方法 是 不是 奇怪 .

只要了解了烹饪原理，用无火烹饪方法做出的肉类味道如此浓郁也就不足为奇了。

['evri] [wʌn] [nəʊz] [ðə; ði] [prə'vɜːbiəl] [di'liʃəsnis] [ɒv; əv] [frentʃ] ['kʊkəri] .
Every one knows the proverbial deliciousness of French cookery .
每一个 一 知道 这 谚语 美味 的 法语 烹饪 .

人人都知道法国菜的美味。

[ðə; ði] ['speʃ(ə)l] [pɪˌkjuːli'ærəti] [ɒv; əv] [ðə; ði] [frentʃ] [kwɪ'ziːn] [ɪz] [ðə; ði] [lɒŋ] ,
The special peculiarity of the French cuisine is the long ,
这 特别的 特点 的 这 法语 美食 是 这 长的 ,

法国菜的独特之处在于其漫长的烹饪过程。

[sləʊ] ['sɪmərɪŋ] [ɒv; əv] [miːts] [ɪn] ['kləʊsli] ['kʌvəd] ['ɜːθn] [pɒts] [kɔːld] ['kæsəˌrəʊlz] .
slow simmering of meats in closely covered earthen pots called casseroles .
慢的 煨煮 的 肉类 在 密切 涵盖 土 锅 称为 砂锅菜 .

将肉类放入盖紧的陶罐（称为砂锅）中慢炖。

[ðə; ði]['prɪnsəp(ə)l][ɪz] [ɪ'senʃəli] [ðæt] [ɒv; əv][ðə; ði] ['faɪələs] ['kʊkə(r)] , [bʌt; bət][ðə; ði] ['kæsərəʊl] [nɒt]
The principle is essentially that of the fireless cooker , but the casserole not
这 原则 是 本质上 那 的 这 无火 炊具 ， 但 这 沙锅 不是
['biːɪŋ] ['ɪnsjuleɪtɪd] ,
being insulated ,
存在 绝缘的 ，

其原理与无火炊具基本相同，只是砂锅没有隔热层。

[ðə; ði] [frentʃ] [kʊk] [ɪz][ə'blaɪdʒd][tuː; tə] [kiːp] [ɒn] [sə'plaɪɪŋ] [ə; eɪ] [sə'fɪʃ(ə)nt] [dɪ'griː] [ɒv; əv] [hiːt] [tuː; tə]
the French cook is obliged to keep on supplying a sufficient degree of heat to
这 法语 厨师 是 有义务 到 保持 在 供应 一个 充足的 程度 的 热 到
[kiːp] [ðə; ði] ['kæsərəʊl] [wɔːm] [ænd; ənd][ɪts] ['kɒntents] ['sɪmərɪŋ] .
keep the casserole warm and its contents simmering .
保持 这 沙锅 温暖的 和 它是 内容 煨煮 .

法国厨师必须持续提供足够的热量，以保持砂锅菜的温度和其中的食材持续煨煮。

[ɪg'zæmpl] [ɒv; əv] ['faɪələs] ['kʊkɪŋ] [wɪð] [wɪtʃ] ['meni] [p'ɜːsənz] [ɑː(r); ə(r)][fə'mɪliə(r)][baɪ] [ɪk'spɪəriəns]
Examples of fireless cooking with which many persons are familiar by experience
示例 的 无火 烹饪 和 哪个 许多 人 是 熟悉的 经过 经验
[ɔː(r)] ['hɪəseɪ] [ɑː(r); ə(r)][ðə; ði] [fuːdz] [kʊkt] [ɪn] ['prɪmətɪv] [weɪz] ,
or hearsay are the foods cooked in primitive ways ,
或者 传闻 是 这 食物 煮熟 在 原始 方式 ，

许多人通过经验或耳闻所熟悉的无火烹饪的例子，就是用原始方式烹饪的食物。

[huːz] [di'liʃəsnis] [ɪz]['dʒen(ə)rəli] [ə'skraɪbd] [tuː; tə][ðə; ði] " ['hʌŋgə(r)] [sɔːs] " [ðæt] [ə'kʌmp(ə)niz]
whose deliciousness is generally ascribed to the " hunger sauce " that accompanies
谁 美味 是 一般来说 归因于 到 这 " 饥饿 酱 " 那 伴随
['aʊtdɔː(r)] ['kʊkəri] .
outdoor cookery .
户外的 烹饪 .

其美味通常归功于户外烹饪带来的"饥饿感"。

[ə'mʌŋ] [sʌtʃ] [ɪg'zæmpl] [ɑː(r); ə(r)][ðə; ði] ['beriɪŋ] [ɒv; əv][ðə; ði] ['sɔːspən] [ɪn][ə; eɪ][həʊl][ɪn][ðə; ði]
Among such examples are the burying of the saucepan in a hole in the
之中 这样的 示例 是 这 埋葬 的 这 平底锅 在 一个 洞 在 这
[graʊnd] ,
ground ,
地面 ，

例如，将平底锅埋在地上的洞里就是一个例子。

[ðə; ði] ['kʊkɪŋ] [ɒv; əv] [fuːd] [baɪ] ['drɒpɪŋ] ['hiːtɪd] [stəʊnz] ['ɪntuː][ðə; ði]['mɪkstʃə(r)] , [ænd; ənd]
the cooking of food by dropping heated stones into the mixture , and
这 烹饪 的 食物 经过 下降 加热 石头 进入 这 混合物 ， 和

将加热的石头放入混合物中烹煮食物，以及

[[peɪdʒ] ['twenti]]
[Page Twenty]
[页 二十]

[第二十页]

[ðə; ði] ['klæmbeɪk] [nəʊn] [ə'mʌŋ] [ðə; ði] [,nærə'gænsit] ['ɪndiənz] .
the clambake known among the Narragansett Indians .
这 蛤蜊宴 已知 之中 这 纳拉甘西特 印度人 .

纳拉甘西特印第安人熟知的蛤蜊宴。

[ɪn] [ɔːl] [ðiːz] [keɪsɪz][wiː; wi][hæv; həv][ðə; ði]['prɪnsəp(ə)l][ɒv; əv][ðə; ði] ['faɪələs] ['kʊkə(r)] — [ai] . [iː] . ,
In all these cases we have the principle of the fireless cooker — i . e . ,
在 全部 这些 案例 我们 有 这 原则 的 这 无火 炊具 — 我 . e . ，

在所有这些例子中，我们都遵循无火烹饪的原理——即

['kləʊsli] - ['kʌvəd] [fuːd] ['sləʊli] [kʊkt] [æt; ət] [ləʊ] ['temprətʃə(r)] .
closely - covered food slowly cooked at low temperature .
密切 - 涵盖 食物 缓慢地 煮熟 在 低的 温度 .

用盖子严密包裹的食物在低温下慢煮。

[ɪn'diːd] , [wʌn] ['faɪələs] ['kʊkə(r)] [ɪz] [kən'strʌktɪd] [də'rektli] [ɒn] [ðə; ði] ['prɪnsəp(ə)l] [ɪm'plɔɪd] [ɪn] [ðə; ði] [njuː] ['ɪŋglənd] ['klæmbeɪk] ,
Indeed , one fireless cooker is constructed directly on the principle employed in the New England clambake ,
的确 , 一 无火 炊具 是 建造 直接地 在 这 原则 受雇 在 这 新的 英格兰 蛤蜊宴 ,

事实上，有一种无火烹饪器具就是直接按照新英格兰蛤蜊宴的原理建造的。

[ænd; ənd] ['evri] [wʌn] [nəʊz] [ðə; ði] [di'liʃəsnis] [ɒv; əv] [fuːd] [səʊ] [kʊkt] [hæz; həz] [bɪ'kʌm] [prə'vɜːbiəl] .
and every one knows the deliciousness of food so cooked has become proverbial .
和 每一个 一 知道 这 美味 的 食物 所以 煮熟 有 变得 谚语 .

人人都知道这样烹制的食物有多么美味，这已经成为众所周知的佳话。

[baɪ] [ðə; ði] ['faɪələs] ['kʊkə(r)] [ðə; ði] [tʃiːpə] [kʌts] [ɒv; əv] [miːt] [kæn; kən] [biː; bi] [kʊkt] [səʊ] [ðæt] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [dɪ'lɪʃəs] ,
By the fireless cooker the cheaper cuts of meat can be cooked so that they are delicious ,
经过 这 无火 炊具 这 更便宜 削减 的 肉 能 是 煮熟 所以 那 他们 是 可口的 ,

通过无火烹饪器具，可以将价格较低的肉类烹制成美味佳肴。

['æpɪtaɪzɪŋ] , ['tendə(r)] .
appetizing , tender .
令人垂涎的 , 投标 .

鲜嫩可口。

[ðeə(r)] [ɪz] [hɪə(r)] [ə; eɪ] [dɪ'stɪŋkt] ['seɪvɪŋ] [ɪn] ['mʌni] ,
There is here a distinct saving in money ,
那里 是 这里 一个 清楚的 保存 在 钱 ,

这里可以明显节省资金。

[fɔː(r); fə(r)] [baɪ] [ðə; ði] [ɪm'plɔɪmənt] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['faɪələs] ['meθəd] [ɒv; əv] ['kʊkɪŋ] ,
for by the employment of the fireless method of cooking ,
为了 经过 这 就业 的 这 无火 方法 的 烹饪 ,

因为采用无火烹饪方法，

[ðə; ði] [tʃiːpə] [kʌts] [ɒv; əv] [miːt] [kæn; kən] [biː; bi] [meɪd] [tuː; tə] [sɜːv] [ɔːl] [ðə; ði] [p'ɜːpəsɪz] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['haɪə(r)] - [praɪst] ['piːsɪz] .
the cheaper cuts of meat can be made to serve all the purposes of the higher - priced pieces .
这 更便宜 削减 的 肉 能 是 制成 到 服务 全部 这 目的 的 这 更高 - 定价 件 .

价格较低的肉块也能达到价格较高的肉块的所有用途。

['fɜːðə(r)] , [ɪf] [ðə; ði] [miːts] [ɑː(r); ə(r)] [stjuːd] , [bɔɪld] , [ɔː(r)] [stiːmd] ,
Further , if the meats are stewed , boiled , or steamed ,
更远 , 如果 这 肉类 是 炖 , 煮沸 , 或者 蒸 ,

此外，如果肉类是炖、煮或蒸的，

[juː; jʊ] ['ɔːlsəʊ] [ə'kwaɪə(r)] [æt; ət] [nəʊ] [kɒst] [wɒt'evə(r)] [æz; əz] ['meni] [paɪnts] [ɒv; əv] [dɪ'lɪʃəs] [suːp] [stɒk] ,
you also acquire at no cost whatever as many pints of delicious soup stock ,
你 还 获得 在 不 成本 任何 作为 许多 品脱 的 可口的 汤 库存 ,

您还可以免费获得任意数量的美味汤底。

[les] [wʌn] , [æz; əz][ju:; jʊ][hæv; həv] [paʊndz] [ɒv; əv] [mi:t] .
less one , as you have pounds of meat .
较少的 一 , 作为 你 有 磅 的 肉 .

少一磅，因为你有几磅肉。

[let] [ˌju: 'es] [naʊ] [ˌri:kə'pɪtʃuleɪt] [ðə; ði] [əd'væntɪdʒ] [ɒv; əv] ['faɪələs] ['kʊkɪŋ] : —
Let us now recapitulate the advantages of fireless cooking : —
让 我们 现在 概括 这 优势 的 无火 烹饪 : —

现在让我们回顾一下无火烹饪的优点：——

[ə; eɪ] ['faɪələs] ['kʊkə(r)] [seɪvz] Money1 .
A Fireless Cooker Saves Money1 .
一个 无火 炊具 保存 Money1 .

无火烹饪更省钱[1]。

[bɪ'kəz; bɪ'kɒz][baɪ][ɪts][ju:z] [tʃi:pə] [mi:ts] [kæn; kən][bi:; bi] [meɪd] [tu:; tə]['ɑ:nsə(r)][æz; əz] [wel] [æz; əz]
Because by its use cheaper meats can be made to answer as well as
因为 经过 它是 使用 更便宜 肉类 能 是 制成 到 回答 作为 出色地 作为
['haɪə(r)] - [praɪst] [kʌts] . [ˌtu:'tu:] .
higher - priced cuts . 2 .
更高 - 定价 削减 . 2 .

因为通过这种方法，价格较低的肉类也能达到与价格较高的肉类一样的效果。2.

[bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [aʊt] [ɒv; əv] [ə; eɪ] ['gɪv(ə)n] ['kwɒntəti] [ɒv; əv] [rɔ:] [mə'tɪəriəl] [ju:; jʊ] [get] , ['ɑ:ftə(r)] [ðə; ði] ['kʊkɪŋ]
Because out of a given quantity of raw material you get , after the cooking
因为 出去 的 一个 给定 数量 的 生的 材料 你 得到 , 后 这 烹饪
[ɪz] [dʌn] ,
is done ,
是 完毕 ,

因为在一定量的原材料中，烹饪完成后，你得到的是：

[mɔ:(r)]['æktʃuəl] [fu:d] [ðæn; ðən] [baɪ] ['eni] ['ʌðə(r)] ['meθəd] .
more actual food than by any other method .
更多的 实际的 食物 比 经过 任何 其他 方法 .

比其他任何方法都多，而且能吃到更多实际食物。

[ə; eɪ] ['faɪələs] ['kʊkə(r)] [seɪvz] ['fju:əl]
A Fireless Cooker Saves Fuel
一个 无火 炊具 保存 燃料

无火炊具节省燃料

[ju:; jʊ][hæv; həv]['əʊnli][tu:; tə] [bɜ:n] [jɔ:(r); jə(r)][gæs] ['twenti] ['mɪnɪts] [fɔ:(r); fə(r)][ə; eɪ][faɪv] - [paʊnd] [pi:s]
You have only to burn your gas twenty minutes for a 5 - pound piece
你 有 仅有的 到 烧伤 你的 气体 二十 分钟 为了 一个 5 - 磅 片
[ɒv; əv] [mi:t] [fɔ:(r); fə(r)] ['faɪələs] ['kʊkɪŋ] ,
of meat for fireless cooking ,
的 肉 为了 无火 烹饪 ,

只需燃烧20分钟的燃气，就能用无火烹饪的方式烹制一块5磅重的肉。

[ˌweər'æz] [baɪ][ðə; ði]['ju:ʒuəl] ['meθəd] [ju:; jʊ] [wʊd] [bɜ:n] [ðə; ði][gæs] [tu:] [tu:; tə][fɔ:(r)] ['aʊəz] ,
whereas by the usual method you would burn the gas two to four hours ,
然而 经过 这 通常 方法 你 会 烧伤 这 气体 二 到 四 小时 ,

而按照通常的方法，燃烧燃气需要两到四个小时。

[ə'kɔ:dɪŋ] [tu:; tə][ðə; ði] [wei] [ju:; jʊ] [dɪ'zaɪəd] [ðə; ði] [mi:t] [kʊkt] .
according to the way you desired the meat cooked .
根据 到 这 方式 你 想要的 这 肉 煮熟 .

根据你想要的烹饪方式。

[ə; eɪ] ['faɪələs] ['kʊkə(r)] [seɪvz] [taɪm]
A Fireless Cooker Saves Time
一个 无火 炊具 保存 时间

无火烹饪器具节省时间

[bɪ'kəz; bɪ'kɒz][juː; jʊ][hæv; həv]['əʊnli][tuː; tə] [wɒtʃ] [ðə; ði] [miːt] [ʌn'tɪl][ˌaɪ 'tiː][bɔɪlz] .
Because you have only to watch the meat until it boils .
因为 你 有 仅有的 到 手表 这 肉 直到 它 沸腾 .

因为你只需要看着肉煮到沸腾就行了。

[baɪ][ðə; ði]['juːʒuəl] ['meθəd] [juː; jʊ][mʌst; məst] [ə'tend] [tuː; tə][ˌaɪ 'tiː][ɔːl][ðə; ði] ['aʊəz] [ˌaɪ 'tiː][ɪz][ɒn] ['kʊkɪŋ]
By the usual method you must attend to it all the hours it is on cooking
经过 这 通常 方法 你 必须 出席 到 它 全部 这 小时 它 是 在 烹饪
.
.
.

按常规方法，你必须在烹饪期间全程照看它。

[ə; eɪ] ['faɪələs] ['kʊkə(r)] [seɪvz] [ˌɪrɪ'teɪʃ(ə)n][ænd; ənd] ['wʌri]
A Fireless Cooker Saves Irritation and Worry
一个 无火 炊具 保存 刺激 和 担心

无火烹饪器具省去烦恼和担忧

[fɔː(r); fə(r)][baɪ] [ðɪs] ['meθəd] [ɒv; əv] ['kʊkɪŋ] [ðə; ði] ['haʊswaɪf] [nəʊz] [ðæt] [ðə; ði] [fuːd] ['kænɒt] [bɜːn]
For by this method of cooking the housewife knows that the food cannot burn
为了 经过 这 方法 的 烹饪 这 家庭主妇 知道 那 这 食物 不能 烧伤
[ɔː(r)] [ˌəʊvə'kʊk] .
or overcook .
或者 煮过头了 .

因为通过这种烹饪方法，家庭主妇知道食物不会烧焦或煮过头。

[ə; eɪ] ['faɪələs] ['kʊkə(r)] [ædz] [tuː; tə][ðə; ði] [ˌɪntə'lektʃuəl] [ɪk'spænʃ(ə)n][ænd; ənd][ðə; ði] ['pleʒəz] [ɒv; əv]
A Fireless Cooker Adds to the Intellectual Expansion and the Pleasures of
一个 无火 炊具 添加 到 这 知识分子 扩张 和 这 快乐 的
[ðə; ði]['fæməli]
the Family
这 家庭

无火烹饪器具能增进家庭成员的智力发展，并带来更多家庭乐趣。

[bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ˌaɪ 'tiː] [gɪvz] [ðə; ði]['mʌðə(r)] [taɪm] [frɒm; frəm][hɜː(r); hə(r)] ['kɪtʃɪn] [tuː; tə] [ˌəʊvə'siː] [ðə; ði]
Because it gives the mother time from her kitchen to oversee the
因为 它 给予 这 母亲 时间 从 她 厨房 到 监督 这
[dɪ'veləpmənt] [ɒv; əv][hɜː(r); hə(r)] ['tʃɪldrən] ,
development of her children ,
发展 的 她 孩子们 ,

因为它让母亲有时间从厨房中抽身出来，监督孩子的成长。

[ænd; ənd][tuː; tə] [ʃeə(r)] [wɪð] [ðem; ðəm][ænd; ənd][ðeə(r)]['fɑːðə(r)][ðeə(r)] ['pleʒəz] [ænd; ənd] ['ɪntrəsts] .
and to share with them and their father their pleasures and interests .
和 到 分享 和 他们 和 他们的 父亲 他们的 快乐 和 兴趣 .

并与他们及其父亲分享他们的快乐和兴趣。

[[peɪdʒ] ['twenti] - [wʌn]]
[Page Twenty - one]
[页 二十 - 一]

[第二十一页]

[tuː; tə][ðə; ði][weɪdʒ] - ['ɜːnɪŋ] ['wʊmən]
To the Wage - earning Woman
到 这 工资 - 收入 女士

致挣工资的女性

[ðə; ði] ['faɪələs] ['kʊkə(r)][ɪz][ə; eɪ] ['pɒzətɪv] ['gɒdsend] .
the fireless cooker is a positive godsend .
这 无火 炊具 是 一个 积极的 天赐之物 .

无火烹饪器简直是天赐之物。

[ʃiː; ʃi] [kæn; kən] [pʊt] [fuːd] [ˈɪntuː] [ðə; ði] [ˈkʊkə(r)] [bɪˈfɔː(r)] [ˈɡəʊɪŋ] [tuː; tə] [wɜːk] ,
She can put food into the cooker before going to work ,
她 能 放 食物 进入 这 炊具 前 去 到 工作 ,

她可以在上班前把食物放进炉子里。

[ænd; ənd] [rɪˈtɜːn] [tuː; tə] [faɪnd] [hɜː(r); hə(r)] [miːl] [ɔːl] [ˈredi] .
and return to find her meal all ready .
和 返回 到 寻找 她 一顿饭 全部 准备好 .

回来后发现她的饭菜已经准备好了。

[ɪf] [ðə; ði] [ˈhaʊswaɪf] [laɪvz; lɪvz] [ɪn] [ðə; ði] [ˈsɪti]
If the Housewife Lives in the City
如果 这 家庭主妇 生活 在 这 城市

如果家庭主妇住在城市里

[ænd; ənd] [hæz; həz] [tuː; tə] [sɜːv] [ˈdɪnə(r)] [æt; ət] [naɪt] [ɔːl] [ðə; ði] [prɪˈlɪmɪnəri] [ˈkʊkɪŋ] [kæn; kən] [biː; bi] [dʌn] [æt; ət] [nuːn] ,
and has to serve dinner at night all the preliminary cooking can be done at noon ,
和 有 到 服务 晚餐 在 夜晚 全部 这 初步的 烹饪 能 是 完毕 在 中午 ,

晚上必须供应晚餐，所有准备工作都可以在中午完成。

[ænd; ənd] [ðə; ði] [miːl] [pleɪst] [ɪn] [ðə; ði] [ˈfaɪələs] [ˈkʊkə(r)] [tɪl] [ˈiːvnɪŋ] .
and the meal placed in the fireless cooker till evening .
和 这 一顿饭 放置 在 这 无火 炊具 直到 晚上 .

饭菜放在无火炊具中，一直炖到晚上。

[tuː; tə] [ðə; ði] [ˈbætʃələ(r)] [ɡɜːl]
To the Bachelor Girl
到 这 学士 女孩

致单身女郎

[huː] [laɪvz; lɪvz] [baɪ] [miːnz] [ɒv; əv] [ə; eɪ] [ˌkɪtʃɪˈnet] ,
who lives by means of a kitchenette ,
WHO 生活 经过 方法 的 一个 小厨房 ,

住在简易厨房里的人，

[ænd; ənd] [mʌst; məst] [duː; də] [hɜː(r); hə(r)] [ˈkʊkɪŋ] [ɪn] [wɒt] [ɪz] [æt; ət] [wʌns] [ˈpɑːlə(r)] , [ˈbedruːm] [ænd; ənd] [ˈkɪtʃɪn] ,
and must do her cooking in what is at once parlor , bedroom and kitchen ,
和 必须 做 她 烹饪 在 什么 是 在 一次 客厅 , 卧室 和 厨房 ,

她必须在兼具客厅、卧室和厨房功能的空间里做饭。

[wɒt] [ə; eɪ] [ˈblesɪŋ] [ɪz] [ðə; ði] [ˈæbsəns] [ɒv; əv] [hiːt] [ænd; ənd] [ˈəudəz] [ðæt] [ðə; ði] [ˈfaɪələs] [ˈkʊkə(r)] [əˈʃuə] .
what a blessing is the absence of heat and odors that the fireless cooker assures .
什么 一个 祝福 是 这 缺席 的 热 和 气味 那 这 无火 炊具 保证 .

无火烹饪器具最大的好处就是没有热量和异味。

[ɪn] [kənˈkluːʒn]
In Conclusion
在 结论

综上所述

[wiː; wi] [kwəʊt] [frɒm; frəm] [ə; eɪ] [ˈbʊlətɪn] [ˈpʌblɪʃt] [baɪ] [ðə; ði] [ˌjuːnɪˈvɜːsəti] [ɒv; əv] [ˌɪləˈnɔɪz] ,
we quote from a bulletin published by the University of Illinois ,
我们 引用 从 一个 公告 已发布 经过 这 大学 的 伊利诺伊州 ,

我们引用伊利诺伊大学发布的一份公告中的内容：

[ɪn] [wɪtʃ] [ə; eɪ] ['stʌdi] [ɪz] [meɪd] [ɒv; əv][ðə; ði] ['meθədz] [ɒv; əv] ['rəʊstɪŋ] [ænd; ənd] ['kʊkɪŋ] [miːts] .
in which a study is made of the methods of roasting and cooking meats .
在 哪个 一个 学习 是 制成 的 这 方法 的 烘焙 和 烹饪 肉类 .

对烤肉和烹饪肉类的方法进行了研究。

[ðə; ði] ['ɔːθəz] [faʊnd] [ðæt] [ðeə(r)][wɒz; wəz][nəʊ] [əd'vɑːntɪdʒ] [ɪn] ['kʊkɪŋ] [miːt] [ɪn][ə; eɪ] ['veri] [hɒt] ['ʌv(ə)n] (- [dɪ'griːz] ['færənhaɪt]) ,
The authors found that there was no advantage in cooking meat in a very hot oven (385 degrees Fahrenheit) ,
这 作者 成立 那 那里 曾是 不 优势 在 烹饪 肉 在 一个 非常 热的 烤箱 (- 学位 华氏度) ,

作者发现，在非常热的烤箱（华氏385度）中烹饪肉类并没有什么优势。

[bʌt; bət]['rɑːðə(r)][ə; eɪ] ['dɪfɪkəlti] [tuː; tə] [kiːp] [ˌaɪ 'tiː][frɒm; frəm] ['bɜːnɪŋ] ;
but rather a difficulty to keep it from burning ;
但 相当 一个 困难 到 保持 它 从 燃烧 ;

而是难以防止它燃烧；

[ðæt] [ɪn][æn; ən]['ʌv(ə)n] [wɪtʃ] [wɒz; wəz][ə'baʊt] - [dɪ'griːz] ['færənhaɪt] [ðə; ði] [miːt] [kʊkt] ['betə(r)] ;
that in an oven which was about 350 degrees Fahrenheit the meat cooked better ;
那 在 一个 烤箱 哪个 曾是 关于 - 学位 华氏度 这 肉 煮熟 更好的 ;

在华氏350度左右的烤箱里，肉烤得更好；

[ænd; ənd] [ðæt] [ɪn][æn; ən] [ə'lædɪn] ['ʌv(ə)n] , [wɪtʃ] [kept] [ðə; ði] [miːt] [æt; ət] - [dɪ'griːz] ['færənhaɪt] ,
and that in an Aladdin oven , which kept the meat at 212 degrees Fahrenheit ,
和 那 在 一个 阿拉丁 烤箱 , 哪个 保留 这 肉 在 - 学位 华氏度 ,

而且是在阿拉丁烤箱里烤制的，烤箱能将肉的温度保持在华氏212度。

[ˌaɪ 'tiː] [kʊkt] [best] [ɒv; əv] [ɔːl] — [ðæt] [ɪz] , [ˌaɪ 'tiː][wɒz; wəz][ɒv; əv][mɔː(r)]['juːnɪfɔːm]['kærəktə(r)] [ɔːl] [θruː] ,
it cooked best of all — that is , it was of more uniform character all through ,
它 煮熟 最好的 的 全部 — 那 是 , 它 曾是 的 更多的 制服 特点 全部 通过 ,

它煮得最好——也就是说，它的整体口感最均匀。

[mɔː(r)]['dʒuːsi][ænd; ənd][mɔː(r)] ['haɪli] ['fleɪvəd] .
more juicy and more highly flavored .
更多的 多汁的 和 更多的 高度 调味 .

汁水更丰富，味道更浓郁。

[ðiːz] ['faɪndɪŋz] [pɔɪnt] [tuː; tə][æn; ən] [əd'vɑːntɪdʒ] [ɪn] ['faɪələs] ['kʊkɪŋ] ,
These findings point to an advantage in fireless cooking ,
这些 发现 观点 到 一个 优势 在 无火 烹饪 ,

这些发现表明无火烹饪具有优势。

[ænd; ənd] [mɪs] ['mɪtʃəl] [ə'sɜːts] [ðæt] ['præktɪkl] [ɪk'spɪəriəns] [beəz] [ˌaɪ 'tiː] [aʊt] .
and Miss Mitchell asserts that practical experience bears it out .
和 错过 米切尔 断言 那 实际的 经验 熊 它 出去 .

米切尔小姐断言，实践经验证实了这一点。

[wɪð] [rɪ'gɑːd] [tuː; tə] [miːts] [kʊkt] [ɪn]['wɔːtə(r)][ɪn][ðə; ði]['kʊkə(r)] ,
With regard to meats cooked in water in the cooker ,
和 看待 到 肉类 煮熟 在 水 在 这 炊具 ,

至于用电饭煲加水煮的肉类，

[mɪs] ['mɪtʃəl] [ə'sɜːts] [ðæt] [ɪk'spɪəriəns] [hæz; həz] [ʃəʊn] [ðæt] [ðeɪ] [bɪ'kʌm] [wel] [dʌn] [ænd; ənd] [ɑː(r); ə(r)][mɔː(r)]['tendə(r)][ðæn; ðən] [wen] [bɔɪld] ,
Miss Mitchell asserts that experience has shown that they become well done and are more tender than when boiled ,
错过 米切尔 断言 那 经验 有 所示 那 他们 变得 出色地 完毕 和 是 更多的 投标 比 什么时候 煮沸 ,

米切尔小姐断言，经验表明，它们烤熟后比水煮后更嫩。

['ʃəʊɪŋ] [ðæt] [ðə; ði] ['temprətʃər] ['nesəsəri] [tuː; tə] [riːtʃ] [ðæt] [dɪ'griː] [ɒv; əv] ['kʊkɪŋ] [ɑː(r); ə(r)]
showing that the temperatures necessary to reach that degree of cooking are
显示 那 这 温度 必要的 到 抵达 那 程度 的 烹饪 是
[əb'teɪnd] ['iːv(ə)n] [ɪn] [ðə; ði] ['sentə(r)] [ɒv; əv] [ə; eɪ] [lɑːdʒ] [piːs] [ɒv; əv] [miːt] ,
obtained even in the center of a large piece of meat ,
获得 甚至 在 这 中心 的 一个 大的 片 的 肉 ，

这表明，即使在大块肉的中心，也能达到烹饪所需的温度。

[wɪ'ðaʊt] ['tʌfnɪŋ] [ɔː(r)] ['hɑːdnɪŋ] [ðə; ði] [ˌaʊt'saɪd] [ɒv; əv] [ðə; ði] [miːt] ,
without toughening or hardening the outside of the meat ,
没有 强化 或者 硬化 这 外部 的 这 肉 ，

不会使肉的外层变硬或变韧，

[æz; əz] [ɪz] [dʌn] [wen] [mɔː(r)] [ɪn'tens] [hiːt] [ɪz] [ə'plaɪd] .
as is done when more intense heat is applied .
作为 是 完毕 什么时候 更多的 激烈的 热 是 应用 .

就像施加更强热量时发生的情况一样。

[[peɪdʒ] ['twenti] - [tuː]]
[Page Twenty - two]
[页 二十 - 二]

[第二十二页]

['resəpɪz]
Recipes
食谱

食谱

[ðə; ði] ['fɒləʊɪŋ] ['resəpɪz] [ɑː(r); ə(r)] [fɔː(r); fə(r)] [ðə; ði] [tʃiːpə] [kʌts] [ɒv; əv] [miːt] [ɪk'skluːsɪvli] ,
The following recipes are for the cheaper cuts of meat exclusively ,
这 下列的 食谱 是 为了 这 更便宜 削减 的 肉 只 ，

以下食谱仅适用于价格较低的肉类部位。

[ænd; ənd] [ɪm'plɔɪ] [wʌn] [ɔː(r)] [ə'nʌðə(r)] [ɒv; əv] [ðə; ði] [prɪ'siːdɪŋ] ['meθədz] .
and employ one or another of the preceding methods .
和 采用 一 或者 其他 的 这 前 方法 .

并采用上述一种或多种方法。

[nəʊt] [ðæt] [ɪn] [ɔːl] [ðə; ði] ['resəpɪz] [ðə; ði] [tuː] ['dʒen(ə)rəl] [ruːlz] [fɔː(r); fə(r)] ['tendə(r)] [ænd; ənd] ['dʒuːsi] [miːt]
Note that in all the recipes the two general rules for tender and juicy meat
笔记 那 在 全部 这 食谱 这 二 一般的 规则 为了 投标 和 多汁的 肉
[ɑː(r); ə(r)] [əb'zɜːvd] .
are observed .
是 观察到 .

请注意，所有食谱都遵循使肉质鲜嫩多汁的两个基本原则。

[ðə; ði] [ˌaʊt'saɪd] [ɒv; əv] [ðə; ði] [miːt] [ɪz] [fɜːst] ['kwɪkli] [sɪrd] ['əʊvə(r)] [tuː; tə] [prɪ'vent] [ðə; ði] [ɪ'skeɪp] [ɒv; əv]
The outside of the meat is first quickly seared over to prevent the escape of
这 外部 的 这 肉 是 第一的 迅速地 烤 超过 到 防止 这 逃脱 的
[ðə; ði] [dʒuːs] ,
the juices ,
这 果汁 ，

首先将肉的外层快速煎至焦黄，以防止汁液流失。

[ænd; ənd] ['ɑːftə(r)] [ðə; ði] [fɜːst] [faɪv] ['mɪnɪts] [ðə; ði] [hiːt] [ɪz] [rɪ'djuːst] [səʊ] [æz; əz] [nɒt] [tuː; tə] ['hɑːd(ə)n]
and after the first five minutes the heat is reduced so as not to harden
和 后 这 第一的 五 分钟 这 热 是 减少 所以 作为 不是 到 硬化
[ðə; ði] ['ælbjumɪn] .
the albumen .
这 蛋白 .

前五分钟过后，降低温度，以免蛋白变硬。

[bɔɪld] [ɔː(r)] [ˌfrikə'siːd] [miːts] [ʃʊd; ʃəd] [kʊk] ['sləʊli] .
Boiled or fricasseed meats should cook slowly .
煮沸 或者 炖菜 肉类 应该 厨师 缓慢地 .

水煮或炖煮的肉类应该慢火烹煮。

[ɪf] [miːt] [ɪz] [bɔɪld] [æt; ət][ə; eɪ]['gæləp][ðə; ði] [kə'nektɪv] ['tɪʃuː] [ɪz] [dɪ'strɔɪd] ,
If meat is boiled at a gallop the connective tissue is destroyed ,
如果 肉 是 煮沸 在 一个 驰骋 这 连接词 组织 是 损毁 ,

如果肉在沸水中快速煮沸，结缔组织就会被破坏。

[ðə; ði] [miːt] [fɔːls] [frɒm; frəm][ðə; ði] [bəʊnz] [ɪn] [strɪŋz] , [ænd; ənd][ɪz] [hɑːd] [ænd; ənd] ['leðəri] .
the meat falls from the bones in strings , and is hard and leathery .
这 肉 瀑布 从 这 骨头 在 字符串 , 和 是 难的 和 皮革状的 .

肉从骨头上脱落成条状，而且又硬又韧。

[fɔː(r); fə(r)] [stjuːz] , [miːt] [ɪn] ['kæsərəʊl] , [ɔː(r)][ɪn] ['eni] ['fæʃ(ə)n] [weə(r)] ['wɔːtə(r)][ɪz] [juːst] [ɪn][ðə; ði] ['kʊkɪŋ] ,
For stews , meat en casserole , or in any fashion where water is used in the cooking ,
为了 炖菜 , 肉 英文 沙锅 , 或者 在 任何 时尚 在哪里 水 是 用过的 在 这 烹饪 ,

无论是炖菜、砂锅肉，还是任何需要用水烹饪的菜肴，

[sɪ'lekt] [ðə; ði] [raʊnd] ([faɪv]) , ['aɪðə(r)] ['ʌpə(r)] [ɔː(r)]['ʌndə(r)] .
select the round (5) , either upper or under .
选择 这 圆形的 (5) , 任何一个 上 或者 在下面 .

选择圆（5），可以是上圆或下圆。

[fɔː(r); fə(r)] ['bɔɪlɪŋ] , [ðə; ði] [klɒd] ([naɪn]) [ɔː(r)][ðə; ði] [raʊnd] ([faɪv]) [ɔː(r)][ðə; ði] [ɪk'striːm] ['ləʊə(r)] [piːs] [ɒv; əv] ([θriː]) .
For boiling , the clod (9) or the round (5) or the extreme lower piece of (3) .
为了 沸腾 , 这 泥块 (9) 或者 这 圆形的 (5) 或者 这 极端 降低 片 的 (3) .

煮沸时，取块状物（9）或圆形物（5）或最底部的碎片（3）。

[fɔː(r); fə(r)] [rəʊld] [steɪk] , [mɒk] ['fɪlɪt] , [steɪk] - [lɑː] [flæmænd] , [ɔː(r)] ['biːfsteɪk] [paɪ] ,
For rolled steak , mock fillet , steak à la Flamande , or beefsteak pie ,
为了 滚动 牛排 , 嘲笑 鱼片 , 牛排 - 拉 弗拉芒德 , 或者 牛排 馅饼 ,

无论是卷牛排、仿菲力牛排、弗拉芒式牛排还是牛排派，

[ðə; ði][flæŋk] [steɪk] (['sɛvən]) [ɪz] [best] .
the flank steak (7) is best .
这 侧翼 牛排 (7) 是 最好的 .

牛腩肉（7）是最好的。

[fɔː(r); fə(r)] [tʃiːp] [stjuːz] [juːz] (-) .
For cheap stews use (10) .
为了 便宜的 炖菜 使用 (-) .

廉价炖菜用量为（10）。

[fɔː(r); fə(r)] [biːf] - [lɑː] [məʊd] , [ɪn][ə; eɪ] [lɑːdʒ] ['fæməli][juːz][ə; eɪ] [θɪk] [slaɪs] [ɒv; əv][ðə; ði] [raʊnd] ([faɪv]) ,
For beef à la mode , in a large family use a thick slice of the round (5) ,
为了 牛肉 - 拉 模式 , 在 一个 大的 家庭 使用 一个 厚的 片 的 这 圆形的 (5) ,

对于意式牛肉沙拉，如果是大家庭，可以使用厚切的牛后腿肉（5），

[fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ] [smɔːl] ['fæməli][ðə; ði][klɒd] ([naɪn]) .
for a small family the clod (9) .
为了 一个 小的 家庭 这 泥块 (9) .

对于一个小家庭来说，土块（9）。

[fɔː(r); fə(r)] [suːp] , [juːz][ðə; ði] [ʃɪn] [ɔː(r)][leg] .
For soup , use the shin or leg .
为了 汤 , 使用 这 胫 或者 腿 .

做汤的话，可以用小腿或小腿。

[fɔː(r); fə(r)] [biːf] [tiː] , [mɪns] [miːt] , [ænd; ənd] [biːf] [ləʊf] , [ðə; ði] [nek] [ɪz][best] .
For beef tea , mince meat , and beef loaf , the neck is best .
为了 牛肉 茶 , 剁碎 肉 , 和 牛肉 面包 , 这 脖子 是 最好的 .

做牛肉茶、牛肉末和牛肉饼，最好选用牛颈肉。

[ðə; ði] [tʃʌk] ([wʌn]) [ɪz] [juːst] ['əʊnli][fɔː(r); fə(r)] ['rəʊstɪŋ] [ɔː(r)] ['beɪkɪŋ] ,
The chuck (1) is used only for roasting or baking ,
这 查克 (1) 是 用过的 仅有的 为了 烘焙 或者 烘烤 ,

肩胛肉（1）仅用于烤制或烘焙，

[ænd; ənd][ɪz] [gʊd] ['væljuː]['əʊnli][fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ] [lɑːdʒ] ['fæməli] .
and is good value only for a large family .
和 是 好的 价值 仅有的 为了 一个 大的 家庭 .

只有大家庭才觉得划算。

([ˌtuː'tuː]) [ænd; ənd] ([θriː]) [ɑː(r); ə(r)][ðə; ði] ['stændɪŋ] [rɪbz][ænd; ənd] [kɑːv] [tuː; tə][ðə; ði] [best]
(2) and (3) are the standing ribs and carve to the best
(2) 和 (3) 是 这 常设 肋骨 和 雕刻 到 这 最好的
[əd'vɑːntɪdʒ] .
advantage .
优势 .

（2）和（3）是立肋排，要充分发挥其优势进行切割。

[ðə; ði] [eɪtʃ] [ɔː(r)][pɪn] [bəʊn] ([ɪn][θriː]) [ɪz][ə; eɪ][dɪ'zaɪərəb(ə)l] [rəʊst] [fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ] [lɑːdʒ] ['fæməli] .
The aitch or pin bone (in 3) is a desirable roast for a large family .
这 音调 或者 别针 骨 (在 3) 是 一个 理想 烤 为了 一个 大的 家庭 .

带骨或小骨头（3）是适合大家庭的理想烤肉。

([θriː]) [ɪz][ðə; ði] [lɔɪn] , [ðə; ði] ['tʃɔɪsɪst] [pɑːt] [ɒv; əv][ðə; ði]['ænɪm(ə)l] .
(3) is the loin , the choicest part of the animal .
(3) 是 这 腰部 , 这 精选 部分 的 这 动物 .

（3）是腰肉，是动物身上最好的部分。

[frɒm; frəm][ˌaɪ 'tiː] [kʌm] [ðə; ði] ['fɪlɪt] [ɔː(r)] ['tendəlɔɪn] , [ðə; ði]['sɜːlɔɪn] , [ænd; ənd][ðə; ði] ['pɔːtəˌhaʊs]
From it come the fillet or tenderloin , the sirloin , and the porterhouse
从 它 来 这 鱼片 或者 里脊肉 , 这 西冷牛排 , 和 这 波特豪斯
[steɪks] .
steaks .
牛排 .

从中可以得到菲力牛排、牛里脊、西冷牛排和T骨牛排。

([fɔːr]) [ɪz][ðə; ði] [rʌmp] , [frɒm; frəm] [wɪtʃ] [kʌm] [gʊd] [steɪks] [fɔː(r); fə(r)] ['brɔɪlɪŋ] .
(4) is the rump , from which come good steaks for broiling .
(4) 是 这 臀部 , 从 哪个 来 好的 牛排 为了 烤制 .

（4）是臀肉，从中可以切出适合烤制的优质牛排。

[biːf] ['kænilɔn] [wɪð] [tə'mɑːtəʊ] [sɔːs]
Beef Cannelon with Tomato Sauce
牛肉 卡尼隆 和 番茄 酱

番茄酱牛肉卷

([wʌn][ɒv; əv][ðə; ði]['naɪsɪst][ænd; ənd] ['iːzɪɪst] [ɒv; əv][ðə; ði] [tʃiːp] ['dɪʃɪz])
(One of the nicest and easiest of the cheap dishes)
(一 的 这 最友善的 和 最容易 的 这 便宜的 菜肴)

（一道既美味又简单的廉价菜肴）

[ju:z] [flæŋk] [steɪk] (['sɛvən])
Use Flank Steak (7)
使用 侧翼 牛排 (7)

使用牛腩肉（7）

[wʌn] [paʊnd] [ˌʌn'kʊkt] [bi:f] [tʃɒpt] [faɪn]
1 pound uncooked beef chopped fine
1 磅 生 牛肉 切碎 美好的

1磅生牛肉切碎

[wʌn] ['kʌpfʊl] [kəʊld] [bɔɪld] [pə'teɪtəʊz]
1 cupful cold boiled potatoes
1 一杯 寒冷的 煮沸 土豆

杯冷煮土豆

[wʌn] ['ti:spu:nfʊl] [sɔ:lt]
1 teaspoonful salt
1 一茶匙 盐

1茶匙盐

[wʌn] [eg] [ʌn'bi:tn]
1 egg unbeaten
1 蛋 不败

个未打散的鸡蛋

¼ ['ti:spu:nfʊl] [waɪt] ['pepə(r)]
¼ teaspoonful white pepper
¼ 一茶匙 白色的 胡椒

¼茶匙白胡椒粉

½ ['kʌpfʊl] [swɪfts] [bi:f] ['ekstrækt; ɪk'strækt]
½ cupful Swift's beef extract
½ 一杯 斯威夫特的 牛肉 提炼

半杯斯威夫特牛肉提取物

[wʌn] ['teɪblˌspu:nfʊl] [swɪfts] ['pri:miəm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑ:dʒə'ri:n]
1 tablespoonful Swift's Premium Oleomargarine
1 一汤匙 斯威夫特的 优质的 人造黄油

汤匙 Swift's 高级人造黄油

[mɪks] [tə'geðə(r)] [bi:f] , [pə'teɪtəʊz] , [sɔ:lt] , [ænd; ənd] ['pepə(r)] , [ænd; ənd] [stɜ:(r)] [ɪn] [eg] [lɑ:st] .
Mix together beef , potatoes , salt , and pepper , and stir in egg last .
混合 一起 牛肉 , 土豆 , 盐 , 和 胡椒 , 和 搅拌 在 蛋 最后的 .

将牛肉、土豆、盐和胡椒粉混合在一起，最后拌入鸡蛋。

[fɔ:m] ['ɪntu:] [ə; eɪ] [rəʊl] [sɪks] ['ɪntʃɪz] [lɒŋ] .
Form into a roll 6 inches long .
形式 进入 一个 卷 6 英寸 长的 .

擀成 6 英寸长的卷。

[rəʊl] [ðɪs] [ɪn] [ə; eɪ] [pi:s] [ɒv; əv] [waɪt] ['peɪpə(r)] [wɪtʃ] [hæz; həz] [bi:n] [ɔɪld] [ɒn] [bəuθ] [saɪdz] .
Roll this in a piece of white paper which has been oiled on both sides .
卷 这 在 一个 片 的 白色的 纸 哪个 有 到过 涂油 在 两个都 侧面 .

将它卷在一张两面都涂了油的白纸里。

[pleɪs] [ɪn] [ə; eɪ] ['beɪkɪŋ] - [pæn] [ænd; ənd] [ˌeɪ di: 'di:] [ðə; ði] [bi:f] ['ekstrækt; ɪk'strækt] [ænd; ənd] [ðə; ði]
Place in a baking - pan and add the beef extract and the
地方 在 一个 烘烤 - 平底锅 和 添加 这 牛肉 提炼 和 这
[ˌəʊlɪəʊˌmɑ:dʒə'ri:n] .
oleomargarine .
人造黄油 .

放入烤盘中，加入牛肉提取物和人造黄油。

[beɪk] [hɑːf][æn; ən]['aʊə(r)] , ['beɪstɪŋ] [twaɪs]['əʊvə(r)][ðə; ði]['peɪpə(r)] .
Bake half an hour , basting twice over the paper .
烤 一半 一个 小时 , 涂抹 两次 超过 这 纸 .

烘烤半小时，期间在烘焙纸上刷两次油。

[swɪfts] ['priːmiəm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn] [ɹɪdj'uːsɪz] [ðə; ði] [kɒst] [ɒv; əv] [gʊd] ['lɪvɪŋ] .
Swift's Premium Oleomargarine reduces the cost of good living .
斯威夫特的 优质的 人造黄油 减少 这 成本 的 好的 活的 .

Swift's Premium Oleomargarine 降低了美好生活的成本。

[[peɪdʒ] ['twenti] - [θriː]]
[Page Twenty - three]
[页 二十 - 三]

[第二十三页]

[tuː; tə] [sɜːv] [biːf] ['kænilɔn] , [rɪ'muːv] [ðə; ði]['peɪpə(r)] , [pleɪs] [ðə; ði][rəʊl][ɒn][ðə; ði]['plætə(r)] , [ænd; ənd]
To serve beef cannelon , remove the paper , place the roll on the platter , and
到 服务 牛肉 卡尼隆 , 消除 这 纸 , 地方 这 卷 在 这 拼盘 , 和
[pɔː(r)]['əʊvə(r)][ˌaɪ 'tiː]
pour over it
倒 超过 它

食用牛肉卷时，撕掉纸，将卷好的牛肉放在盘子上，然后淋上酱汁即可。

[tə'mɑːtəʊ] [sɔːs]
Tomato Sauce
番茄 酱

番茄酱

[wʌn] ['teɪblˌspuːnfʊl] [swɪfts] ['priːmiəm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn]
1 tablespoonful Swift's Premium Oleomargarine
1 一汤匙 斯威夫特的 优质的 人造黄油

汤匙 Swift's 高级人造黄油

[wʌn] ['kʌpfʊl] [streɪnd] [tə'mɑːtəʊz]
1 cupful strained tomatoes
1 一杯 紧张 西红柿

杯沥干水分的番茄

[wʌn] ['tiːspuːnfʊl] ['ʌnjən] [dʒuːs]
1 teaspoonful onion juice
1 一茶匙 洋葱 汁

1茶匙洋葱汁

[wʌn] ['teɪblˌspuːnfʊl] ['flaʊə(r)]
1 tablespoonful flour
1 一汤匙 面粉

1汤匙面粉

¼ ['tiːspuːnfʊl] [waɪt] ['pepə(r)]
¼ teaspoonful white pepper
¼ 一茶匙 白色的 胡椒

¼茶匙白胡椒粉

[wʌn] [beɪ] - [liːf]
1 bay - leaf
1 湾 - 叶子

1片月桂叶

[ˌeɪ diː 'diː] ['ʌnjən] , [beɪ] [liːf] , [sɔːlt] [ænd; ənd] ['pepə(r)] [tuː; tə] [tə'mɑːtəʊz] .
Add onion , bay leaf , salt and pepper to tomatoes .
添加 洋葱 , 湾 叶子 , 盐 和 胡椒 到 西红柿 .

将洋葱、月桂叶、盐和胡椒粉加入番茄中。

[rʌb] [ðə; ði][ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn][ænd; ənd]['flaʊə(r)][tə'geðə(r)][ænd; ənd] [pleɪs] [ɪn]['ɪnə(r)]['ket(ə)l][ɒv; əv]
Rub the oleomargarine and flour together and place in inner kettle of
擦 这 人造黄油 和 面粉 一起 和 地方 在 内 壶 的

['əʊtmiːl] ['kʊkə(r)] ,
oatmeal cooker ,
麦片 炊具 ,

将人造黄油和面粉揉搓在一起，放入燕麦粥锅的内胆中。

[set]['əʊvə(r)][ðə; ði]['faɪə(r)] , [ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði][tə'mɑːtəʊ] , [ænd; ənd][stɜː(r)][ʌn'tɪl][ˌaɪ 'tiː] [bɔɪlz] .
set over the fire , add the tomato , and stir until it boils .
放 超过 这 火 , 添加 这 番茄 , 和 搅拌 直到 它 沸腾 .

将锅放在火上，加入番茄，搅拌至沸腾。

[ðen] [pleɪs] [ðə; ði]['ket(ə)l]['əʊvə(r)][hɒt]['wɔːtə(r)][ɪn][ðə; ði]['ləʊə(r)][hɑːf][ɒv; əv][ðə; ði] ['əʊtmiːl] ['kʊkə(r)] ,
Then place the kettle over hot water in the lower half of the oatmeal cooker ,
然后 地方 这 壶 超过 热的 水 在 这 降低 一半 的 这 麦片 炊具 ,

然后将水壶放在燕麦粥锅下半部分的热水上，

[ænd; ənd] [kʊk] [səʊ][fɔː(r); fə(r)][ten] ['mɪnɪts] , [wen] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['redi] [tuː; tə] [sɜːv] .
and cook so for ten minutes , when it is ready to serve .
和 厨师 所以 为了 十 分钟 , 什么时候 它 是 准备好 到 服务 .

煮十分钟后即可食用。

['spænɪʃ] [mɪnst] [biːf] [ɪn] [miːt] [bɒks]
Spanish Minced Beef in Meat Box
西班牙语 剁碎 牛肉 在 肉 盒子

西班牙碎牛肉（肉盒装）

(['veri] ['prɪti] [ænd; ənd]['pælətəb(ə)l])
(Very pretty and palatable)
(非常 漂亮的 和 可口的)

（非常漂亮，而且味道鲜美）

[juːz] ['eni] [ɒv; əv][ðə; ði] [tʃiːpə] [kʌts] .
Use any of the cheaper cuts .
使用 任何 的 这 更便宜 削减 .

用比较便宜的切法即可。

[ðə; ði] ['fɪlɪŋ]
The Filling
这 填充

填充物

[wʌn] ['teɪbl,spuːnfʊl] [swɪfts] ['priːmiəm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn]
1 tablespoonful Swift's Premium Oleomargarine
1 一汤匙 斯威夫特的 优质的 人造黄油

汤匙 Swift's 高级人造黄油

[wʌn]['ʌnjən] [tʃɒpt] [faɪn]
1 onion chopped fine
1 洋葱 切碎 美好的

1个洋葱，切碎

[sɪks] [swiːt] ['pepəz] [kʌt] [ɪn] [strɪps]
6 sweet peppers cut in strips
6 甜的 辣椒 切 在 条状物

6个甜椒切成条状

[fɔːr][tə'mɑːtəʊz] [piːld] , [kʌt] [ɪn] [hɑːvz] [ænd; ənd] [siːdz] [skwiːzd] [aʊt]
4 tomatoes peeled , cut in halves and seeds squeezed out
4 西红柿 去皮 , 切 在 一半 和 种子 挤压 出去

4个番茄去皮，切成两半，挤出籽。

½ ['tiːspuːnfʊl] [sɔːlt]
½ teaspoonful salt
½ 一茶匙 盐

半茶匙盐

[meɪk] [ðə; ði] ['fɪlɪŋ] [fɜːst] .
Make the filling first .
制作 这 填充 第一的 .

先制作馅料。

[pʊt] [ðə; ði] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn] [ɪn] ['ʌpə(r)] [hɑːf] [ɒv; əv] [æn; ən] ['əʊtmiːl] ['ket(ə)l] , [ˌeɪ diː 'diː] ['ʌnjən] [ænd; ənd] ['pepəz] ,
Put the oleomargarine in upper half of an oatmeal kettle , add onion and peppers ,
放 这 人造黄油 在 上 一半 的 一个 麦片 壶 , 添加 洋葱 和 辣椒 ,

将人造黄油放入燕麦粥锅的上半部分，加入洋葱和辣椒，

[ænd; ənd] ['sɪmə(r)] ['dʒentli] [fɔː(r); fə(r)] ['twenti] ['mɪnɪts] .
and simmer gently for twenty minutes .
和 煨 轻轻地 为了 二十 分钟 .

小火慢炖二十分钟。

[ðen] [ˌeɪ diː 'diː] [ðə; ði] [tə'mɑːtəʊ] [hɑːvz] [kʌt] ['ɪntuː] [θriː] [ɔː(r)] [fɔː(r)] ['piːsɪz] [iːtʃ] [ænd; ənd] [kʊk] ['twenti] ['mɪnɪts] [lɒŋgə(r)] .
Then add the tomato halves cut into three or four pieces each and cook twenty minutes longer .
然后 添加 这 番茄 一半 切 进入 三 或者 四 件 每个 和 厨师 二十 分钟 更长 .

然后加入切成三四块的番茄，再煮二十分钟。

[ðen] [ˌeɪ diː 'diː] [sɔːlt] [ænd; ənd] ['pepə(r)] [ænd; ənd] [set] ['əʊvə(r)] [hɒt] ['wɔːtə(r)] [ɪn] ['ləʊə(r)] [hɑːf] [ɒv; əv] ['ket(ə)l] [tuː; tə] [kiːp] [hɒt] [tɪl] ['wɒntɪd] .
Then add salt and pepper and set over hot water in lower half of kettle to keep hot till wanted .
然后 添加 盐 和 胡椒 和 放 超过 热的 水 在 降低 一半 的 壶 到 保持 热的 直到 通缉 .

然后加入盐和胡椒粉，放在水壶下半部分的热水上保温，直到需要时再加热。

[naʊ] [meɪk] [ðə; ði]
Now make the
现在 制作 这

现在开始

[miːt] [bɒks]
Meat Box
肉 盒子

肉盒

[ˌtuː'tuː] [paʊndz] [ˌʌn'kʊkt] [biːf] [tʃɒpt] [faɪn]
2 pounds uncooked beef chopped fine
2 磅 生 牛肉 切碎 美好的

2磅生牛肉切碎

[wʌn] [eg] [ʌn'biːtn]
1 egg unbeaten
1 蛋 不败

个未打散的鸡蛋

[wʌn] ['tiːspuːnfʊl] [sɔːlt]
1 teaspoonful salt
1 一茶匙 盐

1茶匙盐

¼ ['tiːspuːnfʊl] ['pepə(r)]
¼ teaspoonful pepper
¼ 一茶匙 胡椒

¼茶匙胡椒粉

[wɜːk] [ɔːl] [wel] [tə'geðə(r)] .
Work all well together .
工作 全部出色地 一起 .

大家合作得很好。

[fɔːm] ['ɪntuː][ə; eɪ][bɒks] [huːz] [saɪdz][ɑː(r); ə(r)][ə'baʊt][æn; ən] [ɪntʃ] [θɪk] .
Form into a box whose sides are about an inch thick .
形式 进入 一个 盒子 谁 侧面 是 关于 一个 英寸 厚的 .

将材料塑成一个边长约一英寸的盒子。

[pleɪs] [ðɪs] [bɒks][ɒn][ə; eɪ] [piːs] [ɒv; əv] [ɔɪld] ['peɪpə(r)][ɪn][ðə; ði] ['bɒtəm] [ɒv; əv][ə; eɪ] ['beɪkɪŋ] - [pæn]
Place this box on a piece of oiled paper in the bottom of a baking - pan
地方 这 盒子 在 一个 片 的 涂油 纸 在 这 底部 的 一个 烘烤 - 平底锅
[ænd; ənd] [beɪk] [ɪn][ə; eɪ] [kwɪk] ['ʌv(ə)n][fɔː(r); fə(r)] ['θɜːti] ['mɪnɪts] ,
and bake in a quick oven for thirty minutes ,
和 烤 在 一个 快的 烤箱 为了 三十 分钟 ,

将这个盒子放在烤盘底部的一张涂了油的纸上，放入烤箱快速烘烤30分钟。

['beɪstɪŋ] [twaɪs] [wɪð] ['meltɪd] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn] .
basting twice with melted oleomargarine .
涂抹 两次 和 融化 人造黄油 .

用融化的人造黄油涂抹两次。

[tuː; tə] [sɜːv] , [lɪft][bɒks] ['keəfəli] , [ænd; ənd] [pleɪs] [ɒn]['plætə(r)][ænd; ənd][pɔː(r)][ðə; ði] ['fɪlɪŋ] ['ɪntuː]
To serve , lift box carefully , and place on platter and pour the filling into
到 服务 , 举起 盒子 小心 , 和 地方 在 拼盘 和 倒 这 填充 进入
[ðə; ði]['sentə(r)] ,
the center ,
这 中心 ,

食用时，小心地提起盒子，放在盘子上，然后将馅料倒入盒子中央。

[ænd; ənd][send][æt; ət][wʌns][tuː; tə][ðə; ði]['teɪb(ə)l] .
and send at once to the table .
和 发送 在 一次 到 这 桌子 .

立即送上桌。

[swɪfts] ['priːmiəm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn][ɪz][ə; eɪ] [dɪ'lɪʃəs] , ['həʊlsəm] [spred] [fɔː(r); fə(r)] [bred] .
Swift's Premium Oleomargarine is a delicious , wholesome spread for bread .
斯威夫特的 优质的 人造黄油 是 一个 可口的 , 健康 传播 为了 面包 .

Swift's Premium Oleomargarine 是一种美味又健康的涂抹面包的酱料。

[[peɪdʒ] ['twenti] - [fɔː(r)]]
[Page Twenty - four]
[页 二十 - 四]

[第二十四页]

[biːf] - [lɑː] [məʊd]
Beef à la Mode
牛肉 - 拉 模式

冰淇淋牛肉

[juːz] [klɒd] ([naɪn]) [ɔː(r)]['ʌndə(r)] [raʊnd] ([faɪv])
Use Clod (9) or Under Round (5)
使用 泥块 (9) 或者 在下面 圆形的 (5)

使用 Clod (9) 或 Under Round (5)

[ðə; ði] [deɪ] [bɪ'fɔ:(r)] [ðə; ði] [bi:f] [ɪz] [tu:; tə] [bi:; bi] [sɜ:vd] [rʌb] [ˌaɪ 'ti:] [ɔ:l] ['əʊvə(r)] [wɪð] [ðə; ði] ['fɒləʊɪŋ] ,
The day before the beef is to be served rub it all over with the following ,
这 天 前 这 牛肉 是 到 是 服务 擦 它 全部 超过 和 这 下列的 ,

牛肉上桌前一天，将以下调料涂抹在牛肉表面：

[wel] [mɪkst] [tə'geðə(r)] : —
well mixed together : —
出色地 混合 一起 : —

充分混合：—

½ ['ti:spu:nfʊl] [graʊnd] [kləʊvz]
½ teaspoonful ground cloves
½ 一茶匙 地面 丁香

半茶匙丁香粉

[wʌn] ['ti:spu:nfʊl] [graʊnd] ['dʒɪndʒə(r)]
1 teaspoonful ground ginger
1 一茶匙 地面 姜

1茶匙姜粉

½ ['ti:spu:nfʊl] [graʊnd] ['ɔ:lspaɪs]
½ teaspoonful ground allspice
½ 一茶匙 地面 多香果

半茶匙磨碎的五香粉

½ ['ti:spu:nfʊl] [graʊnd] ['sɪnəmən]
½ teaspoonful ground cinnamon
½ 一茶匙 地面 肉桂

半茶匙肉桂粉

½ ['ti:spu:nfʊl] [waɪt] ['pepə(r)]
½ teaspoonful white pepper
½ 一茶匙 白色的 胡椒

半茶匙白胡椒粉

[ðen] ['sprɪŋk(ə)l] [ðə; ði] [bi:f] [wɪð] [ə'baʊt] [tu:] ['teibl,spu:nful] ['vɪnɪgə(r)] [ænd; ənd] [let] [stænd] [ˌəʊvə'naɪt] .
Then sprinkle the beef with about two tablespoonfuls vinegar and let stand overnight .
然后 撒 这 牛肉 和 关于 二 汤匙 醋 和 让 站立 过夜 .

然后往牛肉上撒上约两汤匙醋，静置过夜。

[nekst] [deɪ] [pʊt] [ɪn] [ðə; ði] ['bɒtəm] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['rəʊstɪŋ] [pæn] : —
Next day put in the bottom of the roasting pan : —
下一个 天 放 在 这 底部 的 这 烘焙 平底锅 : —

第二天，在烤盘底部放入：—

[wʌn] ['kʌpfʊl] [smɔ:l] [waɪt] ['bʌt(ə)n] ['ʌnjənz] ([tʃɒpt] ['ʌnjən] [wɪl] [du:; də])
1 cupful small white button onions (chopped onion will do)
1 一杯 小的 白色的 按钮 洋葱 (切碎 洋葱 将要 做)

1 杯小白洋葱（切碎的洋葱也可以）

[wʌn] ['kʌpfʊl] ['kærət] [kʌt] [ɪn] [daɪs]
1 cupful carrot cut in dice
1 一杯 胡萝卜 切 在 骰子

1 杯切丁的胡萝卜

½ ['ti:spu:nfʊl] ['seləri] - [si:d]
½ teaspoonful celery - seed
½ 一茶匙 芹菜 - 种子

半茶匙芹菜籽

[wʌn] [beɪ] - [liːf]
1 bay - leaf
1 湾 - 叶子

1片月桂叶

[fɔːr]['kʌp,ful] [swɪfts] [biːf] ['ekstrækt; ɪk'strækt][ɔː(r)][ɒv; əv] [stɒk]
4 cupfuls Swift's beef extract or of stock
4 杯 斯威夫特的 牛肉 提炼 或者 的 库存

杯斯威夫特牛肉提取物或肉汤

[ˌtuː'tuː] ['teibl,spuːnful] [ˌdʒelə'tiːn] [ðæt] [hæz; həz] [biːn] [səʊkt] [ɪn][kəʊld]['wɔːtə(r)][fɔː(r); fə(r)][hɑːf][æn; ən] ['aʊə(r)]
2 tablespoonfuls gelatine that has been soaked in cold water for half an hour
2 汤匙 明胶 那 有 到过 浸泡过 在 寒冷的 水 为了 一半 一个 小时

2汤匙明胶，用冷水浸泡半小时

[leɪ] [ðə; ði] [miːt] [ɒn][ðə; ði]['vedʒtəb(ə)lz][ɪn][ðə; ði][pæn] , ['kʌvə(r)] ['kləʊsli] ,
Lay the meat on the vegetables in the pan , cover closely ,
莱 这 肉 在 这 蔬菜 在 这 平底锅 , 覆盖 密切 ,

将肉放在锅里的蔬菜上，盖紧锅盖。

[ænd; ənd][set][ɪn][æn; ən] [ɪk'siːdɪŋli] [hɒt]['ʌv(ə)n][ʌn'tɪl][ðə; ði] [miːt] [hæz; həz] [braʊn] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l] ;
and set in an exceedingly hot oven until the meat has browned a little ;
和 放 在 一个 非常 热的 烤箱 直到 这 肉 有 棕色 一个 小的 ;

放入极热的烤箱中，烤至肉表面略微焦黄；

[ðen] [rɪ'djuːs] [ðə; ði] ['temprətʃə(r)] [ɒv; əv][ðə; ði]['ʌv(ə)n] , [ænd; ənd] [kʊk] ['veri] ['sləʊli] [fɔː(r); fə(r)][fɔː(r)] ['aʊəz] , ['beɪstɪŋ] ['friːkwəntli] .
then reduce the temperature of the oven , and cook very slowly for four hours , basting frequently .
然后 减少 这 温度 的 这 烤箱 , 和 厨师 非常 缓慢地 为了 四 小时 , 涂抹 频繁地 .

然后降低烤箱温度，慢烤四个小时，期间要经常刷酱。

[sɜːv] ['gɑːniʃ] [wɪð] [ðə; ði]['vedʒtəb(ə)lz] .
Serve garnished with the vegetables .
服务 装饰 和 这 蔬菜 .

盛出后，撒上蔬菜即可食用。

[meɪk] [ə; eɪ] [braʊn] [sɔːs] [frɒm; frəm][ðə; ði] [stɒk] [left][ɪn][ðə; ði][pæn] .
Make a brown sauce from the stock left in the pan .
制作 一个 棕色的 酱 从 这 库存 左边 在 这 平底锅 .

用锅里剩下的高汤熬成棕色酱汁。

[ðɪs] [ɪz][ə; eɪ] ['veri] [gʊd] [wei] [tuː; tə][prɪ'peə(r)] [miːt] [ɪn] [wɔːm] ['weðə(r)] ,
This is a very good way to prepare meat in warm weather ,
这 是 一个 非常 好的 方式 到 准备 肉 在 温暖的 天气 ,

这是在温暖天气里烹制肉类的一种非常好的方法。

[æz; əz][ðə; ði][s'paɪsɪz][ɪ'neɪb(ə)l][ˌaɪ 'tiː][tuː; tə][biː; bi] [kept] [wel] [fɔː(r); fə(r)]['əʊvə(r)][ə; eɪ] [wiːk] .
as the spices enable it to be kept well for over a week .
作为 这 香料 使能够 它 到 是 保留 出色地 为了 超过 一个 星期 .

因为香料的作用，这道菜可以保存一周以上。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['eksələnt] [sɜːvd] [kəʊld] [wɪð]
It is excellent served cold with
它 是 出色的 服务 寒冷的 和

冷食味道更佳。

[kriːmd] ['hɔːsrædɪʃ] [sɔːs]
Creamed Horseradish Sauce
奶油 辣根 酱

奶油辣根酱

[fɔːr] ['teibl,spuːnful] ['greɪtɪd] ['hɔːsrædɪʃ] [wɪð] [ðə; ði]['vɪnɪgə(r)] [dreɪnd] [ɒf]
4 tablespoonfuls grated horseradish with the vinegar drained off
4 汤匙 磨碎的 辣根 和 这 醋 排水 离开

4汤匙磨碎的辣根，沥干醋汁。

¼ ['tiːspuːnfʊl] [sɔːlt]
¼ teaspoonful salt
¼ 一茶匙 盐

¼茶匙盐

[sɪks] ['teibl,spuːnful] [θɪk] [kriːm]
6 tablespoonfuls thick cream
6 汤匙 厚的 奶油

6汤匙浓奶油

[jəʊk] [ɒv; əv] [wʌn] [eg]
Yolk of 1 egg
蛋黄 的 1 蛋

1个鸡蛋的蛋黄

[ˌeɪ diː 'diː] [ðə; ði] [sɔːlt] [ænd; ənd] [eg] - [jəʊk] [tuː; tə] [ðə; ði] ['hɔːsrædɪʃ] [ænd; ənd] [mɪks] ['θʌrəli] ; [wɪp] [ðə; ði] [kriːm] [stɪf] ,
Add the salt and egg - yolk to the horseradish and mix thoroughly ; whip the cream stiff ,
添加 这 盐 和 蛋 - 蛋黄 到 这 辣根 和 混合 彻底 ; 鞭 这 奶油 僵硬的 ,

将盐和蛋黄加入辣根中，充分搅拌；将奶油打发至硬性发泡。

[ænd; ənd] [fəʊld] [ˌaɪ 'tiː] [ɪn] ['keəfəli] [ænd; ənd] [send] [æt; ət] [wʌns] [tuː; tə] ['teɪb(ə)l] .
and fold it in carefully and send at once to table .
和 折叠 它 在 小心 和 发送 在 一次 到 桌子 .

小心地折叠好，立即送到餐桌上。

[hæv; həv] [juː; jʊ] [siːn] [swɪfts] ['priːmiəm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn] ?
Have you seen Swift's Premium Oleomargarine ?
有 你 已见 斯威夫特的 优质的 人造黄油 ?

你见过Swift's高级人造黄油吗?

[ɪts] [ə'pɪərəns] [ɪz] ['æpɪtaɪzɪŋ] .
Its appearance is appetizing .
它是 外貌 是 令人垂涎的 .

它的外观很诱人。

[[peɪdʒ] ['twenti] - [faɪv]]
[Page Twenty - five]
[页 二十 - 五]

[第二十五页]

[bɔɪld] [biːf]
Boiled Beef
煮沸 牛肉

白煮牛肉

[juːz] [kʌts] [frɒm; frəm] ([wʌn]) , ([eit]) , ([naɪn]) , (-)
Use cuts from (1) , (8) , (9) , (11)
使用 削减 从 (1) , (8) , (9) , (-)

使用 (1)、(8)、(9)、(11) 中的剪切

[pʊt] [ðə; ði] ['trɪmɪŋz] [ænd; ənd] ['suːɪt; 'sjuːɪt] [ɒv; əv] [ðə; ði] [biːf] ['ɪntuː] [ə; eɪ] [lɑːdʒ] ['ket(ə)l] [ænd; ənd] [fraɪ]
Put the trimmings and suet of the beef into a large kettle and fry
放 这 装饰 和 羊脂 的 这 牛肉 进入 一个 大的 壶 和 炒
[aʊt] [ðə; ði] [fæt] .
out the fat .
出去 这 胖的 .

将牛肉的边角料和牛油放入大锅中，煎出油脂。

[rɪ'muːv] [ðə; ði] ['kræklɪŋ] [ɔː(r)] [skræps] [ænd; ənd] ['ɪntuː] [ðə; ði] [hɒt] [fæt] [pʊt] [ðə; ði] [miːt] [ænd; ənd] [tɜːn]
Remove the cracklings or scraps and into the hot fat put the meat and turn
消除 这 爆裂声 或者 碎屑 和 进入 这 热的 胖的 放 这 肉 和 转动
['kwɪkli] [ʌn'tɪl] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [red] [ɒn] [ɔːl] [saɪdz] .
quickly until it is red on all sides .
迅速地 直到 它 是 红色的 在 全部 侧面 .

去掉油渣或碎屑，将肉放入热油中，快速翻动，直到肉的各个面都变成红色。

['kʌvə(r)] [kəm'pliːtli] [wɪð] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtə(r)] [ænd; ənd] [bɔɪl] ['ræpɪdli] [fɔː(r); fə(r)] [faɪv] ['mɪnɪts] ,
Cover completely with boiling water and boil rapidly for five minutes ,
覆盖 完全地 和 沸腾 水 和 熬 快速 为了 五 分钟 ,

用沸水完全浸没，快速煮沸五分钟。

[ðen] [tɜːn] [daʊn] [ðə; ði] [gæs] [ɔː(r)] [rɪ'muːv] ['ket(ə)l] [tuː; tə] [bæk] [ɒv; əv] [kəʊl] [reɪndʒ] [səʊ] [ðæt] [ðə; ði]
then turn down the gas or remove kettle to back of coal range so that the
然后 转动 向下 这 气体 或者 消除 壶 到 后退 的 煤炭 范围 所以 那 这
['wɔːtə(r)] ['kænɒt] ['pɒsəbli] [bɔɪl] [ə'gen] ,
water cannot possibly boil again ,
水 不能 可能 熬 再次 ,

然后调小煤气或将水壶移到煤炉后面，这样水就不可能再次沸腾了。

[ænd; ənd] [kʊk] [ˌfɪf'tiːn] ['mɪnɪts] [tuː; tə] [iːtʃ] [paʊnd] [ɒv; əv] [miːt] .
and cook fifteen minutes to each pound of meat .
和 厨师 十五 分钟 到 每个 磅 的 肉 .

每磅肉煮十五分钟。

[wʌn] ['aʊə(r)] [bɪ'fɔː(r)] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [dʌn] [ˌeɪ diː 'diː] [wʌn] ['teɪblˌspuːnfʊl] [sɔːlt] [ænd; ənd] [wʌn] - ['kwɔːtə(r)]
One hour before it is done add one tablespoonful salt and one - quarter
一 小时 前 它 是 完毕 添加 一 一汤匙 盐 和 一 - 四分之一
['tiːspuːnfʊl] ['pepə(r)] .
teaspoonful pepper .
一茶匙 胡椒 .

在烹饪完成前一小时，加入一汤匙盐和四分之一茶匙胡椒粉。

[wen] [dʌn] ['gɑːnɪʃ] [wɪð] ['wɔːtəkres] , [ɔː(r)] [bɔɪld] ['kæbɪdʒ] , [ɔː(r)] ['vedʒtəb(ə)lz] .
When done garnish with watercress , or boiled cabbage , or vegetables .
什么时候 完毕 装饰 和 西洋菜 , 或者 煮沸 卷心菜 , 或者 蔬菜 .

完成后，可以用西洋菜、煮熟的卷心菜或蔬菜装饰。

[ðə; ði] ['lɪkə(r)] [ɪn] [wɪtʃ] [ðə; ði] [miːt] [wɒz; wəz] [bɔɪld] [kæn; kən] [biː; bi] [seɪvd] [fɔː(r); fə(r)] [suːp] ,
The liquor in which the meat was boiled can be saved for soup ,
这 酒 在 哪个 这 肉 曾是 煮沸 能 是 已保存 为了 汤 ,

煮肉的汤汁可以留下来做汤。

[ɔː(r)] [meɪd] ['ɪntuː] [braʊn] [sɔːs] [tuː; tə] [sɜːv] [wɪð] [ˌaɪ 'tiː] .
or made into brown sauce to serve with it .
或者 制成 进入 棕色的 酱 到 服务 和 它 .

或者做成棕色酱汁佐餐。

[left] - ['əʊvə(r)] [bɔɪld] [bi:f] [meɪ] [bi:; bi] [sɜ:vd] [kəʊld] [kʌt] [ɪn] [θɪn] ['slaɪsɪz] , [ɔ:(r)] [meɪd] ['ɪntu:] [krəu'kets] ,
Left - over boiled beef may be served cold cut in thin slices , or made into croquettes ,
左边 - 超过 煮沸 牛肉 可能 是 服务 寒冷的 切 在 薄的 切片 ， 或者 制成 进入 炸丸子 ，

剩下的煮牛肉可以切成薄片冷食，也可以做成肉饼。

[ɔ:(r)]['ɪntu:] [mi:t] [ænd; ənd][pə'teɪtəʊ][rəʊl] , [ɔ:(r)]['ɪntu:] ['veəriəs] [wɔ:m] - ['əʊvə(r)] ['dɪʃɪz] .
or into meat and potato roll , or into various warmed - over dishes .
或者 进入 肉 和 土豆 卷 ， 或者 进入 各种各样的 温暖 - 超过 菜肴 .

或者做成肉馅土豆卷，或者做成各种加热过的菜肴。

[steɪk] [ɪn] ['kæsərəʊl]
Steak en Casserole
牛排 英文 沙锅

炖牛排

[ju:z] [ə; eɪ] [raʊnd] [steɪk] ([faɪv]) [wʌn] [ɪntʃ] [θɪk]
Use a Round Steak (5) 1 inch thick
使用 一个 圆形的 牛排 (5) 1 英寸 厚的

使用一块厚 1 英寸的圆形牛排 (5)。

[ˌtu:'tu:] [paʊndz] [ˌʌn'kʊkt] [steɪk] [kʌt] [ɪn] ['pi:sɪz] [ˌtu:'tu:] ['ɪntʃɪz] [skweə(r)]
2 pounds uncooked steak cut in pieces 2 inches square
2 磅 生 牛排 切 在 件 2 英寸 正方形

2磅生牛排切成2英寸见方的小块

[wʌn] ['kʌpfʊl] [smɔ:l] [waɪt] ['bʌt(ə)n] ['ʌnjənz]
1 cupful small white button onions
1 一杯 小的 白色的 按钮 洋葱

杯小白洋葱

[wʌn] ['teɪblˌspu:nfʊl] [tʃɒpt] ['pɑ:sli]
1 tablespoonful chopped parsley
1 一汤匙 切碎 香菜

1汤匙切碎的欧芹

½ ['kʌpfʊl] ['kærət] [kʌt] [ɪn] [daɪs]
½ cupful carrot cut in dice
½ 一杯 胡萝卜 切 在 骰子

半杯切丁的胡萝卜

½ ['kʌpfʊl] [waɪt] ['tɜ:nɪp] [kʌt] [ɪn] [daɪs]
½ cupful white turnip cut in dice
½ 一杯 白色的 芜菁 切 在 骰子

半杯切丁的白萝卜

¼ ['ti:spu:nfʊl] ['seləri] - [si:d]
¼ teaspoonful celery - seed
¼ 一茶匙 芹菜 - 种子

¼茶匙芹菜籽

[wʌn] ['ti:spu:nfʊl] [sɔ:lt]
1 teaspoonful salt
1 一茶匙 盐

1茶匙盐

¼ ['ti:spu:nfʊl] [waɪt] ['pepə(r)]
¼ teaspoonful white pepper
¼ 一茶匙 白色的 胡椒

¼茶匙白胡椒粉

[ˌtuː'tuː]['kʌpˌful] [swɪfts] [biːf] ['ekstrækt; ɪk'strækt][ɔː(r)][ɒv; əv] [stɒk] ['bɔɪlɪŋ] [hɒt]
2 cupfuls Swift's beef extract or of stock boiling hot
2 杯 斯威夫特的 牛肉 提炼 或者 的 库存 沸腾 热的

杯斯威夫特牛肉提取物或沸腾的肉汤

['kʌvə(r)][ðə; ði] ['bɒtəm] [ɒv; əv][ðə; ði] ['kæsərəʊl] [wɪð] [ə; eɪ]['leɪə(r)][ɒv; əv][ðə; ði] [mɪkst] ['vedʒtəb(ə)lz] .
Cover the bottom of the casserole with a layer of the mixed vegetables .
覆盖 这 底部 的 这 沙锅 和 一个 层 的 这 混合 蔬菜 .

在砂锅底部铺上一层什锦蔬菜。

[pʊt] [ɪn] [æn; ən]['aɪən] ['fraɪɪŋ] - [pæn]['əʊvə(r)][ðə; ði]['faɪə(r)][tuː; tə] [hiːt] .
Put in an iron frying - pan over the fire to heat .
放 在 一个 铁 煎炸 - 平底锅 超过 这 火 到 热 .

放入铁锅中，置于火上加热。

[wen] [hɒt] , [rʌb] ['əʊvə(r)][ðə; ði] ['bɒtəm] [wɪð] [ə; eɪ] [piːs] [ɒv; əv] [swɪfts] ['priːmiəm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn] .
When hot , rub over the bottom with a piece of Swift's Premium Oleomargarine .
什么时候 热的 , 擦 超过 这 底部 和 一个 片 的 斯威夫特的 优质的 人造黄油 .

趁热用一块 Swift's Premium Oleomargarine 涂抹底部。

[leɪ] [ɪn][ðə; ði] ['piːsɪz] [ɒv; əv] [steɪk] [ænd; ənd] [braʊn] ['kwɪkli] [ɒn][bəʊθ][saɪdz] .
Lay in the pieces of steak and brown quickly on both sides .
莱 在 这 件 的 牛排 和 棕色的 迅速地 在 两个都 侧面 .

将牛排块放入锅中，快速煎至两面金黄。

[rɪ'muːv] [ðem; ðəm][frɒm; frəm][ðə; ði] ['fraɪɪŋ] - [pæn][ænd; ənd] [ə'reɪndʒ] [ɒn][ðə; ði]['vedʒtəb(ə)lz][ɪn][ðə; ði]
Remove them from the frying - pan and arrange on the vegetables in the
消除 他们 从 这 煎炸 - 平底锅 和 安排 在 这 蔬菜 在 这
['kæsərəʊl] .
casserole .
沙锅 .

将它们从煎锅中取出，摆放在砂锅菜中的蔬菜上。

['kʌvə(r)][ðem; ðəm] [wɪð] [ðə; ði] [rɪ'meɪnɪŋ] ['vedʒtəb(ə)lz] .
Cover them with the remaining vegetables .
覆盖 他们 和 这 其余的 蔬菜 .

用剩下的蔬菜盖住它们。

['sprɪŋk(ə)l]['əʊvə(r)][ðə; ði] ['seləri] - [siːd] , [sɔːlt] , [ænd; ənd]['pepə(r)] , [ænd; ənd] [ðen] [pɔː(r)][ðə; ði][hɒt]
Sprinkle over the celery - seed , salt , and pepper , and then pour the hot
撒 超过 这 芹菜 - 种子 , 盐 , 和 胡椒 , 和 然后 倒 这 热的
[stɒk] ['əʊvə(r)][ɔːl] .
stock over all .
库存 超过 全部 .

撒上芹菜籽、盐和胡椒粉，然后把热高汤浇在上面。

['kʌvə(r)][ðə; ði] [dɪʃ] [ænd; ənd] [beɪk] [fɔː(r); fə(r)][wʌn]['aʊə(r)][ɪn][ə; eɪ] [kwɪk] ['ʌv(ə)n] .
Cover the dish and bake for one hour in a quick oven .
覆盖 这 盘子 和 烤 为了 一 小时 在 一个 快的 烤箱 .

盖上盖子，放入低温烤箱烘烤一小时。

[steɪk] [ɪn] ['kæsərəʊl] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi][sent][tuː; tə][ðə; ði]['teɪb(ə)l][ɪn][ðə; ði] [seɪm] [dɪʃ] [ɪn] [wɪtʃ] [ˌaɪ 'tiː][ɪz]
Steak en Casserole should be sent to the table in the same dish in which it is
牛排 英文 沙锅 应该 是 发送 到 这 桌子 在 这 相同的 盘子 在 哪个 它 是
[kʊkt] .
cooked .
煮熟 .

炖牛排应该用烹饪用的同一个盘子盛装端上桌。

[ðə; ði] [steɪk] [ʃʊd; ʃəd] [bi:; bi] [braʊn] [ænd; ənd] ['tendə(r)] , [ðə; ði] ['vedʒtəb(ə)lz] ['slaɪtli] [braʊn] , [ænd; ənd]
The steak should be brown and tender , the vegetables slightly brown , and
这 牛排 应该 是 棕色的 和 投标 , 这 蔬菜 轻微地 棕色的 , 和

[ðə; ði] [stɒk] ['nɪəli] [ɔ:l] [əb'zɔ:bd] .
the stock nearly all absorbed .
这 库存 几乎 全部 吸收 .

牛排应该呈棕色且鲜嫩，蔬菜略呈棕色，汤汁几乎全部被吸收。

[swɪfts] ['pri:miəm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑ:dʒə'ri:n] [ɪz] [ju:] . [es] . ['gʌvənmənt] [ɪn'spektɪd] [ænd; ənd] [pɑ:st] .
Swift's Premium Oleomargarine is U . S . Government Inspected and Passed .
斯威夫特的 优质的 人造黄油 是 U . S . 政府 检查 和 通过了 .

Swift's Premium Oleomargarine 已通过美国政府检验并合格。

[[peɪdʒ] ['twenti] - [sɪks]]
[Page Twenty - six]
[页 二十 - 六]

[第二十六页]

[bi:f] [ləʊf]
Beef Loaf
牛肉 面包

牛肉饼

[ju:z] [kʌts] [frɒm; frəm] [tʃʌk] ([wʌn]) [ɔ:(r)] [ðə; ði] [raʊnd] ([faɪv])
Use cuts from Chuck (1) or the Round (5)
使用 削减 从 查克 (1) 或者 这 圆形的 (5)

使用 Chuck (1) 或 Round (5) 的切块

[fɔ:r] [paʊndz] [ˌʌn'kʊkt] [mi:t] [tʃɒpt] [faɪn]
4 pounds uncooked meat chopped fine
4 磅 生 肉 切碎 美好的

4磅生肉切碎

[ˌtu:'tu:] ['kʌp,ful] [bred] - [krʌmz]
2 cupfuls bread - crumbs
2 杯 面包 - 面包屑

杯面包屑

[ˌtu:'tu:] ['teibl,spu:nful] [tʃɒpt] ['pɑ:sli]
2 tablespoonfuls chopped parsley
2 汤匙 切碎 香菜

2汤匙切碎的欧芹

[wʌn] ['lev(ə)l] ['ti:spu:nfʊl] ['pepə(r)]
1 level teaspoonful pepper
1 等级 一茶匙 胡椒

平茶匙胡椒粉

[fɔ:r] [egz] [ʌn'bi:tn]
4 eggs unbeaten
4 鸡蛋 不败

4个未打散的鸡蛋

[wʌn] [lɑ:dʒ] ['ʌnjən] [tʃɒpt] [faɪn]
1 large onion chopped fine
1 大的 洋葱 切碎 美好的

1个大洋葱切碎

[ˌtu:'tu:] ['raʊndɪŋ] ['ti:spu:n,ful] [sɔ:lt]
2 rounding teaspoonfuls salt
2 四舍五入 茶匙 盐

2茶匙盐

[mɪks] [miːt] [ænd; ənd] ['ʌnjən] .
Mix meat and onion .
混合 肉 和 洋葱 .

将肉和洋葱混合。

[ˌeɪ diː 'diː] [ðə; ði] [draɪ] [ɪn'griːdiənts] [nekst] .
Add the dry ingredients next .
添加 这 干燥 原料 下一个 .

接下来加入干料。

[mɪks] [wel] , [ðen] [ˌeɪ diː 'diː] [ðə; ði] [egz] .
Mix well , then add the eggs .
混合 出色地 , 然后 添加 这 鸡蛋 .

充分搅拌，然后加入鸡蛋。

[pæk] [ɔːl] [daʊn] [hɑːd] [ɪn] [ə; eɪ] [skweə(r)] [bred] - [pæn] [səʊ] [ðə; ði] [ləʊf] [wɪl] [teɪk] [ðə; ði] [fɔːm] [ɒv; əv] [ðə; ði] [pæn] .
Pack all down hard in a square bread - pan so the loaf will take the form of the pan .
盒 全部 向下 难的 在 一个 正方形 面包 - 平底锅 所以 这 面包 将要 拿 这 形式 的 这 平底锅 .

将所有材料压实到方形面包模具中，使面包能够贴合模具的形状。

[beɪk] [fɔː(r); fə(r)] [tuː] ['aʊəz] [ɪn] [ə; eɪ] ['mɒdərətli] [kwɪk] ['ʌv(ə)n] ,
Bake for two hours in a moderately quick oven ,
烤 为了 二 小时 在 一个 中等程度 快的 烤箱 ,

在中等温度的烤箱中烘烤两个小时。

['beɪstɪŋ] ['evri] [ˌfɪf'tiːn] ['mɪnɪts] [wɪð] [hɒt] [swɪfts] [biːf] ['ekstrækt; ɪk'strækt] [ɔː(r)] [hɒt] [stɒk] .
basting every fifteen minutes with hot Swift's Beef Extract or hot stock .
涂抹 每一个 十五 分钟 和 热的 斯威夫特的 牛肉 提炼 或者 热的 库存 .

每隔十五分钟用热的斯威夫特牛肉提取物或热肉汤涂抹一次。

[wen] [dʌn] , [set] [ə'weɪ] [ɪn] [ðə; ði] [pæn] [ʌn'tɪl] [kəʊld] .
When done , set away in the pan until cold .
什么时候 完毕 , 放 离开 在 这 平底锅 直到 寒冷的 .

完成后，放在锅里冷却。

[tuː; tə] [sɜːv] ,
To serve ,
到 服务 ,

服务，

[tɜːn] [aʊt] [ɒn] [ə; eɪ] ['plætə(r)] [ænd; ənd] [kʌt] [ɪn] [θɪn] ['slaɪsɪz] [ænd; ənd] [sɜːv] [wɪð] ['kætsəp; 'kætsʌp] [ɔː(r)] [wɪð] [kriːm] ['hɔːsrædɪʃ] [sɔːs] .
turn out on a platter and cut in thin slices and serve with catsup or with cream horseradish sauce .
转动 出去 在 一个 拼盘 和 切 在 薄的 切片 和 服务 和 番茄酱 或者 和 奶油 辣根 酱 .

将肉饼倒扣在盘子上，切成薄片，佐以番茄酱或奶油辣根酱食用。

['resəpi] [fɔː(r); fə(r)] [ðə; ði] ['lætə(r)] [ɪz] ['gɪv(ə)n] ['ʌndə(r)] " [biːf] - [lɑː] [məʊd] .
Recipe for the latter is given under " Beef à la Mode .
食谱 为了 这 后者 是 给定 在下面 " 牛肉 - 拉 模式 .

后者的食谱在“牛肉冰淇淋”下给出。

" ['lɪt(ə)l] [biːf] [keɪks]
" Little Beef Cakes
" 小的 牛肉 蛋糕

“小牛肉饼”

[juːz] ['eni] [ɒv; əv] [ðə; ði] [tʃiːpə] [kʌts]
Use any of the cheaper cuts
使用 任何 的 这 更便宜 削减

使用任何价格较低的切法

[wʌn] [paʊnd] [ˌʌn'kʊkt] [biːf] [tʃɒpt] [faɪn]
1 pound uncooked beef chopped fine
1 磅 生 牛肉 切碎 美好的

1磅生牛肉切碎

[wʌn] ['teɪblˌspuːnfʊl] [swɪfts] ['priːmiəm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn]
1 tablespoonful Swift's Premium Oleomargarine
1 一汤匙 斯威夫特的 优质的 人造黄油

汤匙 Swift's 高级人造黄油

[wʌn] ['teɪblˌspuːnfʊl] ['flaʊə(r)]
1 tablespoonful flour
1 一汤匙 面粉

1汤匙面粉

½ ['tiːspuːnfʊl] [sɔːlt]
½ teaspoonful salt
½ 一茶匙 盐

半茶匙盐

[wʌn] ['teɪblˌspuːnfʊl] ['greɪtɪd] ['ʌnjən]
1 tablespoonful grated onion
1 一汤匙 磨碎的 洋葱

1汤匙磨碎的洋葱

[ˌtuː'tuː] ['kʌpˌful] [biːf] ['ekstrækt; ɪk'strækt] [ɔː(r)] [stɒk]
2 cupfuls beef extract or stock
2 杯 牛肉 提炼 或者 库存

杯牛肉提取物或牛肉汤

[wʌn] ['tiːspuːnfʊl] ['kɪtʃɪn] [bu'keɪ]
1 teaspoonful kitchen bouquet
1 一茶匙 厨房 花束

1茶匙厨房花束

¼ ['tiːspuːnfʊl] [waɪt] ['pepə(r)]
¼ teaspoonful white pepper
¼ 一茶匙 白色的 胡椒

¼茶匙白胡椒粉

[ʃeɪp] [ðə; ði] [miːt] ['ɪntuː] ['lɪt(ə)l] [keɪks] .
Shape the meat into little cakes .
形状 这 肉 进入 小的 蛋糕 .

将肉捏成小饼状。

[pʊt] [ðə; ði] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn] [ɪn] [ə; eɪ] ['fraɪɪŋ] - [pæn] ,
Put the oleomargarine in a frying - pan ,
放 这 人造黄油 在 一个 煎炸 - 平底锅 ,

将人造黄油放入煎锅中，

[ænd; ənd] [wen] [hɒt] [leɪ] [ɪn] [ðə; ði] [keɪks] [ænd; ənd] [braʊn] ['kwɪkli] [ɒn] [bəʊθ] [saɪdz] .
and when hot lay in the cakes and brown quickly on both sides .
和 什么时候 热的 躺 在 这 蛋糕 和 棕色的 迅速地 在 两个都 侧面 .

锅热后放入饼，快速煎至两面金黄。

[ðen] [rɪ'muːv] [ðə; ði] [keɪks] .
Then remove the cakes .
然后 消除 这 蛋糕 .

然后把蛋糕取出来。

['ɪntuː][ðə; ði][ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn] [left] [ɪn][ðə; ði][pæn] [pʊt] [ðə; ði]['flaʊə(r)][ænd; ənd] [braʊn] .
Into the oleomargarine left in the pan put the flour and brown .
进入 这 人造黄油 左边 在 这 平底锅 放 这 面粉 和 棕色的 .

将面粉加入锅中剩余的人造黄油中，炒至棕色。

[ðen] [ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði] [stɒk] ['grædʒuəli] , ['stɜːrɪŋ] [ɔːl][ðə; ði] [taɪm] [səʊ] [ðeə(r)] [wɪl] [biː; bi][nəʊ] [lʌmps] .
Then add the stock gradually , stirring all the time so there will be no lumps .
然后 添加 这 库存 逐步地 , 搅拌 全部 这 时间 所以 那里 将要 是 不 肿块 .

然后慢慢加入高汤，不停搅拌，以免结块。

[wen] [smuːð] [ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði] ['siːzniŋz] .
When smooth add the seasonings .
什么时候 光滑的 添加 这 调味料 .

搅拌至顺滑后加入调味料。

[ðen] [leɪ] [ɪn][ðə; ði] [biːf] [keɪks] , ['kʌvə(r)] , [ænd; ənd] [kʊk] ['sləʊli] [fɔː(r); fə(r)] [faɪv] ['mɪnɪts] .
Then lay in the beef cakes , cover , and cook slowly for five minutes .
然后 躺 在 这 牛肉 蛋糕 , 覆盖 , 和 厨师 缓慢地 为了 五 分钟 .

然后放入牛肉饼，盖上盖子，小火煮五分钟。

[sɜːv] [æt; ət][wʌns] [wɪð] [ðə; ði] [sɔːs] [pɔː] ['əʊvə(r)][ðem; ðəm] .
Serve at once with the sauce poured over them .
服务 在 一次 和 这 酱 倾倒 超过 他们 .

趁热淋上酱汁即可食用。

[hæv; həv][juː; jʊ] [traɪd] [swɪfts] ['priːmiəm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn] ?
Have you tried Swift's Premium Oleomargarine ?
有 你 尝试 斯威夫特的 优质的 人造黄油 ?

你试过Swift的高级人造黄油吗?

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [wɜːθ] ['traɪɪŋ] .
It is worth trying .
它 是 值得 尝试 .

值得一试。

[[peɪdʒ] ['twenti] - ['sev(ə)n]]
[Page Twenty - seven]
[页 二十 - 七]

[第二十七页]

['kʌri] [bɔːlz]
Curry Balls
咖喱 球

咖喱球

[juːz] ['eni] [ɒv; əv][ðə; ði] [tʃiːpə] [kʌts]
Use any of the cheaper cuts
使用 任何 的 这 更便宜 削减

使用任何价格较低的切法

[wʌn] [paʊnd] [ˌʌn'kʊkt] [biːf] [tʃɒpt] [faɪn]
1 pound uncooked beef chopped fine
1 磅 生 牛肉 切碎 美好的

1磅生牛肉切碎

[ˌtuː'tuː] ['teibl,spuːnful] [swɪfts] ['priːmiəm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn]
2 tablespoonfuls Swift's Premium Oleomargarine
2 汤匙 斯威夫特的 优质的 人造黄油

汤匙 Swift's 高级人造黄油

[wʌn] ['teɪbl,spuːnfʊl] ['flaʊə(r)]
1 tablespoonful flour
1 一汤匙 面粉

1汤匙面粉

[wʌn]['lev(ə)l] ['tiːspuːnfʊl] [sɔːlt]
1 level teaspoonful salt
1 等级 一茶匙 盐

平茶匙盐

[wʌn] ['tiːspuːnfʊl] ['kʌri] - ['paʊdə(r)]
1 teaspoonful curry - powder
1 一茶匙 咖喱 - 粉末

1茶匙咖喱粉

[wʌn]['ʌnjən] [tʃɒpt]
1 onion chopped
1 洋葱 切碎

1个洋葱切碎

[wʌn]['kʌpfʊl] [streɪnd] [tə'mɑːtəʊz]
1 cupful strained tomatoes
1 一杯 紧张 西红柿

杯沥干水分的番茄

¼ ['tiːspuːnfʊl] [waɪt] ['pepə(r)]
¼ teaspoonful white pepper
¼ 一茶匙 白色的 胡椒

¼茶匙白胡椒粉

[meɪk] [ðə; ði] [miːt] ['ɪntuː]['lɪt(ə)l] [bɔːlz] .
Make the meat into little balls .
制作 这 肉 进入 小的 球 .

将肉馅捏成小丸子。

[pʊt][wʌn] ['teɪblspuːn] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn][ɪn] ['fraɪɪŋ] - [pæn] ,
Put one tablespoon oleomargarine in frying - pan ,
放 一 汤匙 人造黄油 在 煎炸 - 平底锅 ,

在煎锅里放入一汤匙人造黄油，

[ænd; ənd][ɪn][ˌaɪ 'tiː] [kʊk] [ðə; ði] ['ʌnjən] ['sləʊli] [wɪ'ðaʊt] ['braʊnɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [ʌn'tɪl] [ðə; ði] ['ʌnjən] [ɪz] [sɒft] .
and in it cook the onion slowly without browning it until the onion is soft .
和 在 它 厨师 这 洋葱 缓慢地 没有 褐变 它 直到 这 洋葱 是 柔软的 .

用小火慢慢煮洋葱，不要煮至焦黄，直到洋葱变软。

[ðen] [ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði] ['kʌri] - ['paʊdə(r)][ænd; ənd] [miːt] [bɔːlz] ,
Then add the curry - powder and meat balls ,
然后 添加 这 咖喱 - 粉末 和 肉 球 ,

然后加入咖喱粉和肉丸。

[ænd; ənd] [ʃeɪk] [ðə; ði][pæn]['əʊvə(r)][ə; eɪ] [kwɪk] ['faɪə(r)][fɔː(r); fə(r)][ten] ['mɪnɪts] .
and shake the pan over a quick fire for ten minutes .
和 摇 这 平底锅 超过 一个 快的 火 为了 十 分钟 .

将平底锅放在快火上摇晃十分钟。

[pʊt][ðə; ði]['sekənd] ['teɪblˌspuːnfʊl] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn][ɪn][ə'nʌðə(r)] ['fraɪɪŋ] - [pæn] , [ænd; ənd] [wen] [hɒt]
Put the second tablespoonful oleomargarine in another frying - pan , and when hot
放 这 第二 一汤匙 人造黄油 在 其他 煎炸 - 平底锅 , 和 什么时候 热的
[ˌeɪ diː 'diː][tuː; tə][ˌaɪ 'tiː][ðə; ði]['flaʊə(r)] .
add to it the flour .
添加 到 它 这 面粉 .

将第二汤匙人造黄油放入另一个煎锅中，加热后加入面粉。

[stɜː(r)] [wel] , [ðen] [ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði][sɔːlt] , ['pepə(r)][ænd; ənd][tə'mɑːtəʊ] .
Stir well , then add the salt , pepper and tomato .
搅拌 出色地 , 然后 添加 这 盐 , 胡椒 和 番茄 .

搅拌均匀，然后加入盐、胡椒粉和番茄。

[let] [kʌm] [tuː; tə][ə; eɪ] [bɔɪl] [ænd; ənd] [ðen] [pɔː(r)]['əʊvə(r)][ðə; ði] [miːt] [bɔːlz] .
Let come to a boil and then pour over the meat balls .
让 来 到 一个 熬 和 然后 倒 超过 这 肉 球 .

水烧开后，浇在肉丸上。

['kʌvə(r)][ænd; ənd] [kʊk] ['sləʊli] [fɔː(r); fə(r)] [faɪv] ['mɪnɪts] .
Cover and cook slowly for five minutes .
覆盖 和 厨师 缓慢地 为了 五 分钟 .

盖上锅盖，小火煮五分钟。

['kʌri] [bɔːlz] [ɑː(r); ə(r)]['naɪsɪst] [sɜːvd] [wɪð] [bɔɪld] [raɪs] .
Curry balls are nicest served with boiled rice .
咖喱 球 是 最友善的 服务 和 煮沸 米 .

咖喱球配米饭吃味道最佳。

['smʌðə] [biːf] [wɪð] [kɔːn] ['pʊdɪŋ]
Smothered Beef with Corn Pudding
窒息 牛肉 和 玉米 布丁

玉米布丁炖牛肉

[juːz] ['eni] [ɒv; əv] [ðə; ði] [tʃiːpə] [kʌts]
Use any of the cheaper cuts
使用 任何 的 这 更便宜 削减

使用任何价格较低的切法

[ˌtuː'tuː] [paʊndz] [ˌʌn'kʊkt] [biːf] [tʃɒpt] [faɪn]
2 pounds uncooked beef chopped fine
2 磅 生 牛肉 切碎 美好的

2磅生牛肉切碎

[wʌn]['lev(ə)l] ['tiːspuːnfʊl] [sɔːlt]
1 level teaspoonful salt
1 等级 一茶匙 盐

平茶匙盐

[ˌtuː'tuː] ['teibl,spuːnful] [swɪfts] ['priːmiəm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn]
2 tablespoonfuls Swift's Premium Oleomargarine
2 汤匙 斯威夫特的 优质的 人造黄油

汤匙 Swift's 高级人造黄油

¼ ['tiːspuːnfʊl] ['pepə(r)]
¼ teaspoonful pepper
¼ 一茶匙 胡椒

¼茶匙胡椒粉

[ðɪs] [miːt] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [friː] [frɒm; frəm][fæt] .
This meat should be free from fat .
这 肉 应该 是 自由的 从 胖的 .

这种肉应该不含脂肪。

[hæv; həv] ['redi] [æn; ən]['aɪən][pæn] ['veri] [hɒt] .
Have ready an iron pan very hot .
有 准备好 一个 铁 平底锅 非常 热的 .

准备一个非常热的铁锅。

[pʊt] [ðə; ði] [tʃɒpt] [miːt] [ɪn][ˌaɪ 'tiː][ænd; ənd][set] [ɪn][ə; eɪ] ['veri] [hɒt]['ʌv(ə)n][fɔː(r); fə(r)] [ˌfɪf'tiːn] ['mɪnɪts]
Put the chopped meat in it and set in a very hot oven for fifteen minutes
放 这 切碎 肉 在 它 和 放 在 一个 非常 热的 烤箱 为了 十五 分钟

,
,
,

把肉丁放进去，放入高温烤箱烤十五分钟。

['stɜːrɪŋ] [ˌaɪ 'tiː][wʌns][ɔː(r)] [twaɪs] .
stirring it once or twice .
搅拌 它 一次 或者 两次 .

搅拌一两次。

[ðen] [ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði][ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn] , [sɔːlt][ænd; ənd]['pepə(r)] , [ænd; ənd] [sɜːv] [æt; ət][wʌns] [wɪð]
Then add the oleomargarine , salt and pepper , and serve at once with
然后 添加 这 人造黄油 , 盐 和 胡椒 , 和 服务 在 一次 和

然后加入人造黄油、盐和胡椒粉，立即食用。

[kɔːn] ['pʊdɪŋ]
Corn Pudding
玉米 布丁

玉米布丁

[wʌn][kæn; kən] [kɔːn]
1 can corn
1 能 玉米

1罐玉米

[wʌn] ['kʌpfʊl] [mɪlk]
1 cupful milk
1 一杯 牛奶

杯牛奶

[wʌn]['lev(ə)l] ['tiːspuːnfʊl] [sɔːlt]
1 level teaspoonful salt
1 等级 一茶匙 盐

平茶匙盐

[wʌn] ['tiːspuːnfʊl] ['beɪkɪŋ] - ['paʊdə(r)]
1 teaspoonful baking - powder
1 一茶匙 烘烤 - 粉末

1茶匙泡打粉

¼ ['tiːspuːnfʊl] [waɪt] ['pepə(r)]
¼ teaspoonful white pepper
¼ 一茶匙 白色的 胡椒

¼茶匙白胡椒粉

[θriː] [egz]
3 eggs
3 鸡蛋

3个鸡蛋

1¾ ['kʌp,ful]['flaʊə(r)]
1¾ cupfuls flour
1¾ 杯 面粉

1¾ 杯面粉

[mɪks] [kɔːn] [wɪð] [mɪlk] , [sɔːlt][ænd; ənd]['pepə(r)] .
Mix corn with milk , salt and pepper .
混合 玉米 和 牛奶 , 盐 和 胡椒 .

将玉米粒与牛奶、盐和胡椒粉混合。

[ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði] [jəʊk] , [wel] ['biːt(ə)n] .
Add the yolks , well beaten .
添加 这 蛋黄 , 出色地 被打败 .

加入打散的蛋黄。

[sɪft] [ðə; ði]['flaʊə(r)] [wɪð] [ðə; ði] ['beɪkɪŋ] - ['paʊdə(r)][ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː][ˌaɪ 'tiː]['grædʒuəli] .
Sift the flour with the baking - powder and add it gradually .
筛 这 面粉 和 这 烘烤 - 粉末 和 添加 它 逐步地 .

将面粉和泡打粉一起过筛，然后逐渐加入。

['lɑːstli] , [fəʊld][ɪn][ðə; ði] [wel] - ['biːt(ə)n] ['waɪts] [ɒv; əv][ðə; ði] [egz] .
Lastly , fold in the well - beaten whites of the eggs .
最后 , 折叠 在 这 出色地 - 被打败 白人 的 这 鸡蛋 .

最后，拌入打发好的蛋白。

[beɪk] [ɪn][ə; eɪ] [kwɪk] ['ʌv(ə)n][fɔː(r); fə(r)] ['θɜːti] ['mɪnɪts] .
Bake in a quick oven for thirty minutes .
烤 在 一个 快的 烤箱 为了 三十 分钟 .

用高温烤箱烤30分钟。

[ðə; ði] [haɪ] [praɪs][ɒv; əv]['bʌtə(r)][hæz; həz][nəʊ]['terə(r)][fɔː(r); fə(r)]['juːzəz][ɒv; əv] [swɪfts] ['priːmiəm]
The high price of butter has no terror for users of Swift's Premium
这 高的 价格 的 黄油 有 不 恐怖 为了 用户 的 斯威夫特的 优质的
[ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn] .
Oleomargarine .
人造黄油 .

对于Swift's高级人造黄油的用户来说，黄油的高价并不会造成任何困扰。

[[peɪdʒ] ['twenti] - [eɪt]]
[Page Twenty - eight]
[页 二十 - 八]

[第二十八页]

['biːfsteɪk] [paɪ]
Beefsteak Pie
牛排 馅饼

牛排派

[juːz][ðə; ði][flæŋk] [steɪk] (['sɛvən]) [ɔː(r)] [raʊnd] ([faɪv])
Use the Flank Steak (7) or Round (5)
使用 这 侧翼 牛排 (7) 或者 圆形的 (5)

使用牛腩肉（7）或牛后腿肉（5）

[ˌtuː'tuː] [paʊndz] [ˌʌn'kʊkt] [miːt] [kʌt] [ɪn] [ɪntʃ] [kjuːbz]
2 pounds uncooked meat cut in inch cubes
2 磅 生 肉 切 在 英寸 立方体

2磅生肉切成1英寸见方的方块

[wʌn] ['kʌpfʊl] ['flaʊə(r)]
1 cupful flour
1 一杯 面粉

杯面粉

[wʌn] ['teɪblˌspuːnfʊl] ['pɑːsli] [tʃɒpt] [faɪn]
1 tablespoonful parsley chopped fine
1 一汤匙 香菜 切碎 美好的

1汤匙切碎的欧芹

¼ [paʊnd] ['suːɪt; 'sjuːɪt] [friːd] [ɒv; əv] ['membreɪn] [ænd; ənd] [tʃɒpt] [faɪn]
¼ pound suet freed of membrane and chopped fine
¼ 磅 羊脂 自由 的 膜 和 切碎 美好的

¼磅牛油，去除膜并切碎

[wʌn] ['ʌnjən] [tʃɒpt] [faɪn]
1 onion chopped fine
1 洋葱 切碎 美好的

1个洋葱，切碎

[wʌn] ['kʌpfʊl] [swɪfts] [biːf] ['ekstrækt; ɪk'strækt][ɔː(r)] [stɒk] ['bɔɪlɪŋ] [hɒt]
1 cupful Swift's beef extract or stock boiling hot
1 一杯 斯威夫特的 牛肉 提炼 或者 库存 沸腾 热的

杯 Swift's 牛肉提取物或牛肉高汤，滚烫

[wʌn] ['tiːspuːnfʊl] [sɔːlt]
1 teaspoonful salt
1 一茶匙 盐

1茶匙盐

¼ ['tiːspuːnfʊl] ['pepə(r)]
¼ teaspoonful pepper
¼ 一茶匙 胡椒

¼茶匙胡椒粉

[pʊt] [miːt] [ɪn] [diːp] ['pʊdɪŋ] - [dɪʃ] [ænd; ənd]['sprɪŋk(ə)l]['əʊvə(r)][ˌaɪ 'tiː] ['pɑːsli] , ['ʌnjən] , [sɔːlt][ænd; ənd]
Put meat in deep pudding - dish and sprinkle over it parsley , onion , salt and
放 肉 在 深的 布丁 - 盘子 和 撒 超过 它 香菜 , 洋葱 , 盐 和
['pepə(r)] .
pepper .
胡椒 .

将肉放入深布丁盘中，撒上欧芹、洋葱、盐和胡椒粉。

[tuː; tə][ðə; ði]['suːɪt; 'sjuːɪt][ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði]['flaʊə(r)] , [ə; eɪ] [pɪntʃ] [ɒv; əv][sɔːlt] , [ænd; ənd] [sə'fɪʃ(ə)nt] [aɪs]
To the suet add the flour , a pinch of salt , and sufficient ice
到 这 羊脂 添加 这 面粉 , 一个 捏 的 盐 , 和 充足的 冰
['wɔːtə(r)][tuː; tə] ['mɔɪsn] ,
water to moisten ,
水 到 濡 ,

将面粉、一小撮盐和适量冰水加入牛油中，使其湿润。

[bʌt; bət][nɒt][tuː; tə] [meɪk] [wet] .
but not to make wet .
但 不是 到 制作 湿的 .

但不要弄湿。

[niːd] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l][ʌn'tɪl][ˌaɪ 'tiː][kæn; kən][biː; bi] [rəʊld] [aʊt][ɪn][ə; eɪ] [krʌst] [lɑːdʒ] [ɪ'nʌf] [tuː; tə]['kʌvə(r)]
Knead a little until it can be rolled out in a crust large enough to cover
揉 一个 小的 直到 它 能 是 滚动 出去 在 一个 地壳 大的 足够的 到 覆盖
[ðə; ði][tɒp][ɒv; əv][ðə; ði] ['pʊdɪŋ] - [dɪʃ] .
the top of the pudding - dish .
这 顶部 的 这 布丁 - 盘子 .

稍微揉捏一下，直到可以擀成足够大的面皮，盖住布丁盘的顶部。

[pɔː(r)][ðə; ði] ['bɔɪlɪŋ] [stɒk] ['əʊvə(r)][ðə; ði] [miːt] .
Pour the boiling stock over the meat .
倒 这 沸腾 库存 超过 这 肉 .

将沸腾的肉汤浇在肉上。

[spred] [ðə; ði] [krʌst] ['əʊvə(r)][ˌaɪ 'tiː][ænd; ənd] [kʌt] [ə; eɪ] [slɪt] [ɪn][ðə; ði] [tɒp] .
Spread the crust over it and cut a slit in the top .
传播 这 地壳 超过 它 和 切 一个 缝隙 在 这 顶部 .

将饼皮铺在上面，然后在顶部切一道口子。

[brʌʃ] ['əʊvə(r)] [wɪð] [mɪlk] [ænd; ənd] [beɪk] [ɪn][ə; eɪ] ['mɒdərət] ['ʌv(ə)n][wʌn][ænd; ənd][ə; eɪ]['kwɔːtə(r)]
Brush over with milk and bake in a moderate oven one and a quarter
刷子 超过 和 牛奶 和 烤 在 一个 缓和 烤箱 一 和 一个 四分之一
['aʊəz] .
hours .
小时 .

刷上牛奶，放入中等温度的烤箱烘烤一个半小时。

[sɜːv] [ɪn] [seɪm] [dɪʃ] [wɪð] [ə; eɪ]['næpkɪn]['fəʊldɪd][ə'raʊnd] [ˌaɪ 'tiː] .
Serve in same dish with a napkin folded around it .
服务 在 相同的 盘子 和 一个 餐巾 折叠 大约 它 .

用原盘盛装，并用餐巾包好。

[breɪzd] [biːf]
Braised Beef
炖 牛肉

红烧牛肉

[juːz] [ɪntʃ] [θɪk] [slaɪs] [frɒm; frəm] ['ʌndə(r)] [raʊnd] ([faɪv])
Use inch thick slice from Under Round (5)
使用 英寸 厚的 片 从 在下面 圆形的 (5)

使用 1 英寸厚的 Under Round (5) 切片

½ ['kʌpfʊl] ['ʌnjən] [tʃɒpt]
½ cupful onion chopped
½ 一杯 洋葱 切碎

半杯切碎的洋葱

½ ['kʌpfʊl] ['kærət] [kʌt] [ɪn] [daɪs]
½ cupful carrot cut in dice
½ 一杯 胡萝卜 切 在 骰子

半杯胡萝卜丁

½ ['kʌpfʊl] ['tɜːnɪp] [kʌt] [ɪn] [daɪs]
½ cupful turnip cut in dice
½ 一杯 芜菁 切 在 骰子

半杯切丁的芜菁

½ ['kʌpfʊl] ['seləri] [kʌt] [ɪn] ½ - [ɪntʃ] [leŋθs]
½ cupful celery cut in ½ - inch lengths
½ 一杯 芹菜 切 在 ½ - 英寸 长度

半杯芹菜，切成半英寸长的段

[wʌn] [stem] ['pɑːsli]
1 stem parsley
1 干 香菜

根欧芹

[sɪks] ['pepəkɔːnz]
6 peppercorns
6 胡椒粒

6粒胡椒粒

[θriː] [kləʊvz]
3 cloves
3 丁香

3瓣丁香

[wʌn] [beɪ] - [liːf]
1 bay - leaf
1 湾 - 叶子

1片月桂叶

[wʌn] ['tiːspuːnfʊl] [sɔːlt]
1 teaspoonful salt
1 一茶匙 盐

1茶匙盐

[fɔːr]['kʌp,ful] [swɪfts] [biːf] ['ekstrækt; ɪk'strækt]
4 cupfuls Swift's beef extract
4 杯 斯威夫特的 牛肉 提炼

杯 Swift's 牛肉提取物

[rʌb] [ðə; ði] [slaɪs] [ɒv; əv] [miːt] [wɪð] ['flaʊə(r)] .
Rub the slice of meat with flour .
擦 这 片 的 肉 和 面粉 .

将肉片抹上面粉。

[hæv; həv] ['redi] ['beɪkən][ɔː(r)] [pɔːk] [fæt] ['veri] [hɒt] [ɪn] ['fraɪɪŋ] - [pæn] .
Have ready bacon or pork fat very hot in frying - pan .
有 准备好 熏肉 或者 猪肉 胖的 非常 热的 在 煎炸 - 平底锅 .

准备好培根或猪油，在煎锅里烧热。

[leɪ] [ɪn][ðə; ði] [miːt] [ænd; ənd] [braʊn] ['kwɪkli] [ɒn][bəʊθ][saɪdz] .
Lay in the meat and brown quickly on both sides .
莱 在 这 肉 和 棕色的 迅速地 在 两个都 侧面 .

放入肉块，快速煎至两面金黄。

[spred] [ðə; ði] ['siːzniŋz] [ænd; ənd]['vedʒtəb(ə)lz]['əʊvə(r)][ðə; ði] ['bɒtəm] [ɒv; əv][ə; eɪ] ['beɪkɪŋ] - [pæn] .
Spread the seasonings and vegetables over the bottom of a baking - pan .
传播 这 调味料 和 蔬菜 超过 这 底部 的 一个 烘烤 - 平底锅 .

将调味料和蔬菜铺在烤盘底部。

[leɪ] [ðə; ði] [braʊn] [miːt] [ə'pɒn][ðem; ðəm] ; [ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði] [swɪfts] [biːf] ['ekstrækt; ɪk'strækt] ; ['kʌvə(r)] ,
Lay the browned meat upon them ; add the Swift's beef extract ; cover ,
莱 这 棕色 肉 之上 他们 ; 添加 这 斯威夫特的 牛肉 提炼 ; 覆盖 ,

将煎好的肉放在上面；加入斯威夫特牛肉提取物；盖上盖子，

[ænd; ənd] [beɪk] [θriː] ['aʊəz] [ɪn] ['veri] [sləʊ] ['ʌv(ə)n] , ['beɪstɪŋ] ['evri] [ˌfɪf'tiːn] ['mɪnɪts] .
and bake three hours in very slow oven , basting every fifteen minutes .
和 烤 三 小时 在 非常 慢的 烤箱 , 涂抹 每一个 十五 分钟 .

在低温烤箱中烘烤三个小时，每隔十五分钟刷一次油。

[tuː; tə] [sɜːv] , [leɪ] [miːt] [ɪn]['sentə(r)][ɒv; əv][ðə; ði]['plætə(r)] .
To serve , lay meat in center of the platter .
到 服务 , 躺 肉 在 中心 的 这 拼盘 .

上菜时，将肉放在盘子中央。

[pleɪs] ['vedʒtəb(ə)lz] [ə'raʊnd] [ˌaɪ 'tiː] .
Place vegetables around it .
地方 蔬菜 大约 它 .

在周围放些蔬菜。

[meɪk] [ə; eɪ] [braʊn] [sɔːs] [wɪð] [ðə; ði] ['lɪkə(r)] [left] [ɪn][pæn][ænd; ənd][pɔː(r)]['əʊvə(r)][ðə; ði]['vedʒtəb(ə)lz] .
Make a brown sauce with the liquor left in pan and pour over the vegetables .
制作 一个 棕色的 酱 和 这 酒 左边 在 平底锅 和 倒 超过 这 蔬菜 .

用锅里剩下的汤汁做成棕色酱汁，然后浇在蔬菜上。

[juːz] [swɪfts] ['priːmiəm] [ˌəʊliəʊˌmɑːdʒə'riːn][ɒn][jɔː(r); jə(r)]['teɪb(ə)l][ænd; ənd][fɔː(r); fə(r)] ['kʊkɪŋ] .
Use Swift's Premium Oleomargarine on your table and for cooking .
使用 斯威夫特的 优质的 人造黄油 在 你的 桌子 和 为了 烹饪 .

在餐桌上和烹饪中使用Swift's高级人造黄油。

[[peɪdʒ] ['twenti] - [naɪn]]
[Page Twenty - nine]
[页 二十 - 九]

[第二十九页]

[braʊn] [biːf] [stjuː] [wɪð] ['dʌmplɪŋz]
Brown Beef Stew with Dumplings
棕色的 牛肉 炖 和 饺子

牛肉炖饺子

[juːz]['bəʊni][end] ['ʃəʊldə(r)] (-) [ɔː(r)] ['veɪni] [piːs] (['ləʊə(r)][θriː])
Use Bony End Shoulder (10) or Veiny Piece (lower 3)
使用 骨质 结尾 肩膀 (-) 或者 静脉 片 (降低 3)

使用骨性末端肩部（10）或带静脉的部位（下3）

[ˌtuː'tuː] [paʊndz] [ˌʌn'kʊkt] [biːf] [kʌt] [ɪn] [ɪntʃ] [kjuːbz]
2 pounds uncooked beef cut in inch cubes
2 磅 生 牛肉 切 在 英寸 立方体

2磅生牛肉切成1英寸见方的方块

[ˌtuː'tuː] ['teibl,spuːnful] ['flaʊə(r)]
2 tablespoonfuls flour
2 汤匙 面粉

2汤匙面粉

[wʌn] ['tiːspuːnfʊl] ['kɪtʃɪn] [bu'keɪ]
1 teaspoonful kitchen bouquet
1 一茶匙 厨房 花束

1茶匙厨房花束

[wʌn] [smɔːl] ['kærət] [kʌt] [ɪn] [daɪs]
1 small carrot cut in dice
1 小的 胡萝卜 切 在 骰子

1根小胡萝卜，切丁

¼ ['tiːspuːnfʊl] ['pepə(r)]
¼ teaspoonful pepper
¼ 一茶匙 胡椒

¼茶匙胡椒粉

[wʌn] ['tiːspuːnfʊl] [sɔːlt]
1 teaspoonful salt
1 一茶匙 盐

1茶匙盐

[ˌtuː'tuː] ['aʊnsɪz] [ɒv; əv]['suːɪt; 'sjuːɪt]
2 ounces of suet
2 盎司 的 羊脂

2盎司牛油

[ˌtuː'tuː]['kʌp,ful] [swɪfts] [biːf] ['ekstrækt; ɪk'strækt][ɔː(r)][ɒv; əv] [stɒk]
2 cupfuls Swift's Beef Extract or of stock
2 杯 斯威夫特的 牛肉 提炼 或者 的 库存

杯斯威夫特牛肉提取物或肉汤

[wʌn] ['ʌnjən]
1 onion
1 洋葱

1个洋葱

[wʌn] [beɪ] - [liːf]
1 bay - leaf
1 湾 - 叶子

1片月桂叶

[rəʊl][ðə; ði] [miːt] [kjuːbz][ɪn][wʌn] ['teɪblˌspuːnfʊl] [ɒv; əv][ðə; ði]['flaʊə(r)] .
Roll the meat cubes in one tablespoonful of the flour .
卷 这 肉 立方体 在 一 一汤匙 的 这 面粉 .

将肉块裹上一汤匙面粉。

[pʊt]['suːɪt; 'sjuːɪt][ɪn] ['fraɪɪŋ] - [pæn][ænd; ənd] [ʃeɪk] ['əʊvə(r)]['faɪə(r)][ʌn'tɪl] ['meltɪd] .
Put suet in frying - pan and shake over fire until melted .
放 羊脂 在 煎炸 - 平底锅 和 摇 超过 火 直到 融化 .

将牛油放入煎锅中，用火摇晃至融化。

[rɪ'muːv] [ðə; ði] ['kræklɪŋ] ,
Remove the crackling ,
消除 这 噼啪作响 ,

去除噼啪声，

[pʊt] [ɪn] [ðə; ði] [mi:t] [kju:bz] [ænd; ənd] [tɜ:n] [tɪl] [ðeɪ] [ɑ:(r); ə(r)] ['slaɪtli] [braʊn] [ɒn] [ɔ:l] [saɪdz] .
put in the meat cubes and turn till they are slightly browned on all sides .
放 在 这 肉 立方体 和 转动 直到 他们 是 轻微地 棕色 在 全部 侧面 .

放入肉块，翻动至四面略呈褐色。

[rɪ'mu:v] [ðə; ði] [mi:t] .
Remove the meat .
消除 这 肉 .

取出肉。

['ɪntu:] [ðə; ði] [fæt] [ɪn] [ðə; ði] [pæn] [stɜ:(r)] [ðə; ði] ['sekənd] ['teɪbl,spu:nfʊl] [ɒv; əv] ['flaʊə(r)] ;
Into the fat in the pan stir the second tablespoonful of flour ;
进入 这 胖的 在 这 平底锅 搅拌 这 第二 一汤匙 的 面粉 ;

将第二汤匙面粉拌入锅中的油脂中；

[mɪks] [ænd; ənd] [ˌeɪ di: 'di:] ['grædʒuəli] [ðə; ði] [stɒk] , ['stɜ:rɪŋ] [ɔ:l] [ðə; ði] [waɪl] [səʊ] [ðeə(r)] [wɪl] [bi:; bi] [nəʊ] [lʌmps] .
mix and add gradually the stock , stirring all the while so there will be no lumps .
混合 和 添加 逐步地 这 库存 , 搅拌 全部 这 尽管 所以 那里 将要 是 不 肿块 .

将面糊和高汤慢慢混合，边加边搅拌，以免结块。

[wen] [smu:ð] , [rɪ'tɜ:n] [ðə; ði] [mi:t] [tu:; tə] [ðə; ði] [pæn] , [ˌeɪ di: 'di:] [ðə; ði] ['vedʒtəb(ə)lz] [ænd; ənd] ['si:znɪŋz] .
When smooth , return the meat to the pan , add the vegetables and seasonings .
什么时候 光滑的 , 返回 这 肉 到 这 平底锅 , 添加 这 蔬菜 和 调味料 .

将肉煮至顺滑后，放回锅中，加入蔬菜和调味料。

['kʌvə(r)] [ðə; ði] [pæn] , [drɔ:] [tu:; tə] [ðə; ði] [bæk] [ɒv; əv] [ðə; ði] [kəʊl] [reɪndʒ] ,
Cover the pan , draw to the back of the coal range ,
覆盖 这 平底锅 , 画 到 这 后退 的 这 煤炭 范围 ,

盖上锅盖，将锅移到煤炉后方。

[ɔ:(r)] [rɪ'dju:s] [ðə; ði] [fleɪm] [ɒv; əv] [ðə; ði] [gæs] [səʊ] [ðæt] [ðə; ði] [stju:] [wɪl] [nɒt] [bɔɪl] ,
or reduce the flame of the gas so that the stew will not boil ,
或者 减少 这 火焰 的 这 气体 所以 那 这 炖 将要 不是 熬 ,

或者调小煤气炉的火焰，使炖菜不会沸腾。

[ænd; ənd] [let] [ˌaɪ 'ti:] ['sɪmə(r)] [fɔ:(r); fə(r)] [wʌn] [ænd; ənd] [wʌn] - [hɑ:f] ['aʊəz] .
and let it simmer for one and one - half hours .
和 让 它 煨 为了 一 和 一 - 一半 小时 .

让它小火慢炖一个半小时。

[ten] ['mɪnɪts] [bɪ'fɔ:(r)] ['sɜ:vɪŋ] [meɪk] [ðə; ði]
Ten minutes before serving make the
十 分钟 前 服务 制作 这

上菜前十分钟制作

['dʌmplɪŋz]
Dumplings
饺子

饺子

[ˌtu:'tu:] ['kʌp,ful] ['flaʊə(r)]
2 cupfuls flour
2 杯 面粉

杯面粉

[wʌn] ['raʊndɪŋ] ['tiːspuːnfʊl] ['beɪkɪŋ] - ['paʊdə(r)]
1 rounding teaspoonful baking - powder
1 四舍五入 一茶匙 烘烤 - 粉末

满茶匙泡打粉

½ ['lev(ə)l] ['tiːspuːnfʊl] [sɔːlt]
½ level teaspoonful salt
½ 等级 一茶匙 盐

半茶匙盐

⅔ ['kʌpfʊl] [mɪlk]
⅔ cupful milk
⅔ 一杯 牛奶

⅔ 杯牛奶

[sɪft] ['flaʊə(r)] , ['beɪkɪŋ] - ['paʊdə(r)] , [ænd; ənd] [sɔːlt] [tə'geðə(r)] .
Sift flour , baking - powder , and salt together .
筛 面粉 , 烘烤 - 粉末 , 和 盐 一起 .

将面粉、泡打粉和盐一起过筛。

[ˌeɪ diː 'diː] [ðə; ði] [mɪlk] .
Add the milk .
添加 这 牛奶 .

加入牛奶。

[teɪk] [tuː; tə] ['faɪə(r)] [ænd; ənd] [drɒp] [ðə; ði] ['mɪkstʃə(r)] [baɪ] ['spuːnful] [ɔːl] ['əʊvə(r)] [ðə; ði] [stjuː] .
Take to fire and drop the mixture by spoonfuls all over the stew .
拿 到 火 和 降低 这 混合物 经过 一勺 全部 超过 这 炖 .

将混合物一勺一勺地放到火上，均匀地浇在炖菜上。

['kʌvə(r)] [ænd; ənd] [kʊk] ['sləʊli] [fɔː(r); fə(r)] [ten] ['mɪnɪts] [wɪ'ðaʊt] [wʌns] [rɪ'muːvɪŋ] [ðə; ði] ['kʌvə(r)] .
Cover and cook slowly for ten minutes without once removing the cover .
覆盖 和 厨师 缓慢地 为了 十 分钟 没有 一次 移除 这 覆盖 .

盖上盖子，小火慢煮十分钟，期间不要打开盖子。

[tuː; tə] [sɜːv] , [lɪft] [ðə; ði] ['dʌmplɪŋz] ['keəfəli] [ænd; ənd] [leɪ] [ə'raʊnd] [ðə; ði] [edʒ] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['plætə(r)]
To serve , lift the dumplings carefully and lay around the edge of the platter
到 服务 , 举起 这 饺子 小心 和 躺 大约 这 边缘 的 这 拼盘
;
;
;

食用时，小心地将饺子提起，摆放在盘子边缘；

[pleɪs] [stjuː] [ɪn] [ðə; ði] ['sentə(r)] , [ænd; ənd] ['əʊvə(r)] [ˌaɪ 'tiː] [pɔː(r)] [ðə; ði] [sɔːs] .
place stew in the center , and over it pour the sauce .
地方 炖 在 这 中心 , 和 超过 它 倒 这 酱 .

将炖菜放在中央，然后淋上酱汁。

[weər'evə(r)] ['bʌtə(r)] [ɪz] ['spesɪfaɪd] [ɪn] [ə; eɪ] ['resəpi] [juːz] [ə; eɪ] ['slaɪtli] [smɔːlə(r)] ['kwɒntəti] [ɒv; əv] [swɪfts]
Wherever butter is specified in a recipe use a slightly smaller quantity of Swift's
无论 黄油 是 指定的 在 一个 食谱 使用 一个 轻微地 较小的 数量 的 斯威夫特的
['priːmiəm] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn] ,
Premium Oleomargarine ,
优质的 人造黄油 ,

凡食谱中指定使用黄油的地方，都用少量Swift's高级人造黄油代替。

[ˌaɪ 'tiː] [kɒsts] [les] [ænd; ənd] [ɪz] [dʒʌst] [æz; əz] [gʊd] .
it costs less and is just as good .
它 成本 较少的 和 是 只是 作为 好的 .

它价格更低，效果也一样好。

[[peɪdʒ] ['θɜːti]]
[Page Thirty]
[页 三十]

[第三十页]

['taɪmteɪb(ə)l][fɔː(r); fə(r)] ['beɪkɪŋ]
Timetable for Baking
时间表 为了 烘烤

烘焙时间表

[biːnz] ([ɪf] [prɪ'peəd] [baɪ] ['səʊkɪŋ] [ænd; ənd] ['bɔɪlɪŋ]) , [θriː][tuː; tə][fɔːr][ˌeɪtʃ'ɑːr'ɛs] .
Beans (if prepared by soaking and boiling) , 3 to 4 hrs .
豆子 (如果 准备 经过 浸泡 和 沸腾) , 3 到 4 小时 .

豆子（如果用浸泡和煮的方法处理），3 至 4 小时。

[biːf] ['sɜːlɔɪn][ɔː(r)][rɪb] , [reə(r)] , [weɪt] [faɪv] [paʊndz] , [wʌn][ˌeɪtʃ 'ɑː(r)] . [faɪv][mɪn] .
Beef sirloin or rib , rare , weight 5 pounds , 1 hr . 5 min .
牛肉 西冷牛排 或者 肋骨 , 稀有的 , 重量 5 磅 , 1 hr . 5 最小 .

牛里脊或牛肋排，三分熟，重 5 磅，1 小时 5 分钟。

[biːf] ['sɜːlɔɪn][ɔː(r)][rɪb] , [wel] [dʌn] , [weɪt] [faɪv] [paʊndz] , [wʌn][ˌeɪtʃ 'ɑː(r)] .
Beef sirloin or rib , well done , weight 5 pounds , 1 hr .
牛肉 西冷牛排 或者 肋骨 , 出色地 完毕 , 重量 5 磅 , 1 hr .

牛里脊或牛肋排，全熟，重 5 磅，1 小时。

- [mɪn] .
40 min .
- 最小 .

40分钟

[biːf] [rʌmp] , [reə(r)] , [weɪt] - [paʊndz] , [wʌn][ˌeɪtʃ 'ɑː(r)] . - [mɪn] .
Beef rump , rare , weight 10 pounds , 1 hr . 35 min .
牛肉 臀部 , 稀有的 , 重量 - 磅 , 1 hr . - 最小 .

牛臀肉，三分熟，重 10 磅，1 小时 35 分钟。

['bɪskɪt] [reɪzd] , - [tuː; tə] - [mɪn] .
Biscuit raised , 12 to 20 min .
饼干 提高 , - 到 - 最小 .

饼干发酵，12 至 20 分钟。

['bɪskɪts] , ['beɪkɪŋ] - ['paʊdə(r)] , - [tuː; tə] - [mɪn] .
Biscuits , baking - powder , 12 to 15 min .
饼干 , 烘烤 - 粉末 , - 到 - 最小 .

饼干，泡打粉，12 至 15 分钟。

[bred] , [waɪt] [ləʊf] , - [tuː; tə] - [mɪn] .
Bread , white loaf , 45 to 60 min .
面包 , 白色的 面包 , - 到 - 最小 .

面包，白面包，45 至 60 分钟。

[bred] , ['greɪəm] [ləʊf] , - [tuː; tə] - [mɪn] .
Bread , graham loaf , 35 to 45 min .
面包 , 格雷厄姆 面包 , - 到 - 最小 .

面包，全麦面包，35 至 45 分钟。

[keɪk] , ['leɪə(r)] , - [tuː; tə] - [mɪn] .
Cake , layer , 15 to 25 min .
蛋糕 , 层 , - 到 - 最小 .

蛋糕，分层，15 至 25 分钟。

[keɪk] , [ləʊf] , - [tuː; tə] - [mɪn] .
Cake , loaf , 40 to 60 min .
蛋糕 , 面包 , - 到 - 最小 .

蛋糕、面包，40 至 60 分钟。

[keɪk] , [spʌndʒ] , - [tuː; tə] - [mɪn] .
Cake , sponge , 45 to 60 min .
蛋糕 , 海绵 , - 到 - 最小 .

蛋糕，海绵蛋糕，45 至 60 分钟。

['tʃɪkɪn] , [θriː][tuː; tə][fɔːr] [paʊndz] , 1½ [tuː; tə][ˌtuː'tuː][ˌeɪtʃ'ɑːr'ɛs] .
Chicken , 3 to 4 pounds , 1½ to 2 hrs .
鸡 , 3 到 4 磅 , 1½ 到 2 小时 .

鸡肉，3至4磅，1.5至2小时。

['kʊkiz] , [sɪks][tuː; tə] - [mɪn] .
Cookies , 6 to 10 min .
曲奇饼 , 6 到 - 最小 .

饼干，6 至 10 分钟。

['kʌstəd] ([beɪkt] [ɪn] [kʌps]) , - [tuː; tə] - [mɪn] .
Custard (baked in cups) , 20 to 25 min .
蛋奶冻 (烘焙 在 杯子) , - 到 - 最小 .

蛋奶冻（用杯子烘烤），20 至 25 分钟。

[dʌk] , [də'mestɪk] , [wʌn][tuː; tə] 1½ [ˌeɪtʃ'ɑːr'ɛs] .
Duck , domestic , 1 to 1½ hrs .
鸭子 , 国内的 , 1 到 1½ 小时 .

家鸭，1 至 1.5 小时。

[dʌk] , [waɪld] , - [tuː; tə] - [mɪn] .
Duck , wild , 20 to 30 min .
鸭子 , 荒野 , - 到 - 最小 .

野鸭，20 至 30 分钟。

[fɪʃ] , [θɪk] , [θriː][tuː; tə][fɔːr] [paʊndz] , - [tuː; tə] - [mɪn] .
Fish , thick , 3 to 4 pounds , 45 to 60 min .
鱼 , 厚的 , 3 到 4 磅 , - 到 - 最小 .

鱼，厚切，3至4磅，45至60分钟。

[fɪʃ] , [smɔːl] , - [tuː; tə] - [mɪn] .
Fish , small , 20 to 30 min .
鱼 , 小的 , - 到 - 最小 .

小鱼，20 至 30 分钟。

['dʒɪndʒəbred] , - [tuː; tə] - [mɪn] .
Gingerbread , 25 to 35 min .
姜饼 , - 到 - 最小 .

姜饼，25 至 35 分钟。

[læm] [leg] , [wel] [dʌn] , 1½ [tuː; tə][ˌtuː'tuː][ˌeɪtʃ'ɑːr'ɛs] .
Lamb leg , well done , 1½ to 2 hrs .
羊肉 腿 , 出色地 完毕 , 1½ 到 2 小时 .

羊腿，全熟，1.5 至 2 小时。

['mʌtn] , 1½ [tuː; tə][ˌtuː'tuː][ˌeɪtʃ'ɑːr'ɛs] .
Mutton , 1½ to 2 hrs .
羊肉 , 1½ 到 2 小时 .

羊肉，1.5 至 2 小时。

[pɔːk] , [wel] [dʌn] , [fɔːr] [paʊndz] , [ˌtuː'tuː][ˌeɪtʃ'ɑːr'ɛs] .
Pork , well done , 4 pounds , 2 hrs .
猪肉 , 出色地 完毕 , 4 磅 , 2 小时 .

猪肉，全熟，4磅，2小时。

[pə'teɪtəʊz] , - [tuː; tə] - [mɪn] .
Potatoes , 35 to 50 min .
土豆 , - 到 - 最小 .

土豆，35 至 50 分钟。

['pʊdɪŋz] , [raɪs] , [bred] , - [tuː; tə] - [mɪn] .
Puddings , rice , bread , 45 to 60 min .
布丁 , 米 , 面包 , - 到 - 最小 .

布丁、米饭、面包，45 至 60 分钟。

[viːl] [leg] , [wel] [dʌn] , [pə(r)] [paʊnd] , - [mɪn] .
Veal leg , well done , per pound , 20 min .
小牛肉 腿 , 出色地 完毕 , 每 磅 , - 最小 .

小牛肉腿，全熟，每磅，20 分钟。

['taɪmteɪb(ə)l] [fɔː(r); fə(r)] ['bɔɪlɪŋ]
Timetable for Boiling
时间表 为了 沸腾

煮沸时间表

[ə'spærəgəs] , - [tuː; tə] - [mɪn] .
Asparagus , 20 to 30 min .
芦笋 , - 到 - 最小 .

芦笋，20 至 30 分钟。

[biːnz] , [ʃel] , [wʌn] [tuː; tə] 1½ [ˌeɪtʃ'ɑːr'ɛs] .
Beans , shell , 1 to 1½ hrs .
豆子 , 壳 , 1 到 1½ 小时 .

豆子，去壳，1 至 1.5 小时。

[biːnz] , [strɪŋ] , - [tuː; tə] - [mɪn] .
Beans , string , 45 to 60 min .
豆子 , 细绳 , - 到 - 最小 .

豆角，细长，45 至 60 分钟。

[biːts] , [jʌŋ] , - [tuː; tə] - [mɪn] .
Beets , young , 45 to 60 min .
甜菜 , 年轻的 , - 到 - 最小 .

甜菜根，嫩，45 至 60 分钟。

[biːts] , [əʊld] , [θriː] [tuː; tə] [fɔːr] [ˌeɪtʃ'ɑːr'ɛs] .
Beets , old , 3 to 4 hrs .
甜菜 , 老的 , 3 到 4 小时 .

老甜菜根，3至4小时。

[braʊn] [bred] , [stiːmd] , [θriː] [ˌeɪtʃ'ɑːr'ɛs] .
Brown bread , steamed , 3 hrs .
棕色的 面包 , 蒸 , 3 小时 .

黑面包，蒸制，3 小时。

['kæbɪdʒ] , - [tuː; tə] - [mɪn] .
Cabbage , 35 to 60 min .
卷心菜 , - 到 - 最小 .

卷心菜，35 至 60 分钟。

['kærəts] , [wʌn] [ˌeɪtʃ 'ɑː(r)] .
Carrots , 1 hr .
胡萝卜 , 1 hr .

胡萝卜，1 小时。

['kɒliflaʊə(r)] , - [tuː; tə] - [mɪn] .
Cauliflower , 20 to 30 min .
菜花 , - 到 - 最小 .

花椰菜，20 至 30 分钟。

['tʃɪkɪnz] , [jʌŋ] , [θriː] [tuː; tə] [fɔːr] [paʊndz] , [wʌn] [tuː; tə] 1¼ [ˌeɪtʃ'ɑːr'ɛs] .
Chickens , young , 3 to 4 pounds , 1 to 1¼ hrs .
鸡 , 年轻的 , 3 到 4 磅 , 1 到 1¼ 小时 .

幼鸡，3至4磅，1至1¼小时。

[kɔːn] , [griːn] , - [mɪn] .
Corn , green , 15 min .
玉米 , 绿色的 , - 最小 .

玉米，青色，15分钟。

[kɔːnd] [biːf] , ['dʒent(ə)l] ['sɪmərɪŋ] , [θriː][tuː; tə][fɔːr][ˌeɪtʃ'ɑːr'ɛs] .
Corned Beef , gentle simmering , 3 to 4 hrs .
咸 牛肉 , 温和的 煨煮 , 3 到 4 小时 .

咸牛肉，小火慢炖 3 至 4 小时。

[egz] , [sɒft] [kʊkt] ([ɪn]['wɔːtə(r)] [wɪtʃ] [dʌz] [nɒt] [bɔɪl]) , [fɔːr][tuː; tə][sɪks][mɪn] .
Eggs , soft cooked (in water which does not boil) , 4 to 6 min .
鸡蛋 , 柔软的 煮熟 (在 水 哪个 做 不是 熬) , 4 到 6 最小 .

鸡蛋，煮至半熟（在不沸腾的水中煮4至6分钟）。

[egz] , [hɑːd] [kʊkt] ([ɪn]['wɔːtə(r)] [wɪtʃ] [dʌz] [nɒt] [bɔɪl]) , - [tuː; tə] - [mɪn] .
Eggs , hard cooked (in water which does not boil) , 35 to 45 min .
鸡蛋 , 难的 煮熟 (在 水 哪个 做 不是 熬) , - 到 - 最小 .

鸡蛋，煮熟（在不沸腾的水中），35 至 45 分钟。

[hæm] , [weɪt] - [tuː; tə] - [paʊndz] , [fɔːr][tuː; tə][faɪv][ˌeɪtʃ'ɑːr'ɛs] .
Ham , weight 12 to 14 pounds , 4 to 5 hrs .
火腿 , 重量 - 到 - 磅 , 4 到 5 小时 .

火腿，重 12 至 14 磅，4 至 5 小时。

['ʌnjənz] , - [tuː; tə] - [mɪn] .
Onions , 45 to 60 min .
洋葱 , - 到 - 最小 .

洋葱，45 至 60 分钟。

[raɪs] [ɪn][fɑːst] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtə(r)] , - [mɪn] .
Rice in fast boiling water , 20 min .
米 在 快速地 沸腾 水 , - 最小 .

米饭用沸水快速煮20分钟。

[sməʊkt] [tʌŋ] , [fɔːr][ˌeɪtʃ'ɑːr'ɛs] .
Smoked tongue , 4 hrs .
熏制 舌头 , 4 小时 .

烟熏牛舌，4小时。

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

厨房百科全书(The kitchen encyclopedia)
第3/3页

['taɪmteɪb(ə)l][fɔː(r); fə(r)] ['fraɪɪŋ]
Timetable for Frying
时间表 为了 煎炸

煎炸时间表

['beɪkən] , [θriː][tuː; tə][faɪv][mɪn] .
Bacon , 3 to 5 min .
熏肉 , 3 到 5 最小 .

培根，3 至 5 分钟。

['frɪtəz] [ɔː(r)] ['doʊnʌts] , [θriː][tuː; tə][faɪv][mɪn] .
Fritters or doughnuts , 3 to 5 min .
油炸饼 或者 甜甜圈 , 3 到 5 最小 .

油炸饼或甜甜圈，3 至 5 分钟。

[krəu'kets] , [θriː][tuː; tə][faɪv][mɪn] .
Croquettes , 3 to 5 min .
炸丸子 , 3 到 5 最小 .

炸丸子，3 至 5 分钟。

['bredɪd] [tʃɒps] , - [tuː; tə] - [mɪn] .
Breaded chops , 10 to 20 min .
裹面包屑的 排骨 , - 到 - 最小 .

裹面包屑的猪排，10 至 20 分钟。

[smelts] , [θriː][tuː; tə][faɪv][mɪn] .
Smelts , 3 to 5 min .
胡瓜鱼 , 3 到 5 最小 .

胡瓜鱼，3 至 5 分钟。

[smɔːl] [fɪʃ] , [wʌn][tuː; tə][fɔːr][mɪn] .
Small fish , 1 to 4 min .
小的 鱼 , 1 到 4 最小 .

小鱼，1至4分钟。

[[peɪdʒ] ['θɜːti] - [wʌn]]
[Page Thirty - one]
[页 三十 - 一]

[第三十一页]

['ɪndeks]
Index
指数

指数

[peɪdʒ]
PAGE
页

页

['beɪkɪŋ] - [deɪ] [helps] , ['sɛvən]
Baking - Day Helps , 7
烘烤 - 天 帮助 , 7

烘焙日小贴士，7

[biːf] - [lɑː] [məʊd] , -
Beef à la Mode , 24
牛肉 - 拉 模式 , -

牛肉配冰淇淋，24

[biːf] ['kænilɔn] , -
Beef Cannelon , 22
牛肉 卡尼隆 , -

牛肉卷，22

[biːf] [ləʊf] , -
Beef Loaf , 26
牛肉 面包 , -

牛肉饼，26

['biːfsteɪk] [paɪ] , -
Beefsteak Pie , 28
牛排 馅饼 , -

牛排派，28

[bɔɪld] [biːf] , -
Boiled Beef , 25
煮沸 牛肉 , -

白煮牛肉，25

[breɪzd] [biːf] , -
Braised Beef , 28
炖 牛肉 , -

红烧牛肉，28

[braʊn] [biːf] [stjuː] , -
Brown Beef Stew , 29
棕色的 牛肉 炖 , -

棕色炖牛肉，29

['bʌtə(r)] [skɒtʃ] , [sɪks]
Butter Scotch , 6
黄油 苏格兰威士忌 , 6

奶油糖，6

['kʊkiz] , [sɪks]
Cookies , 6
曲奇饼 , 6

饼干，6块

['kɔːnbred] , [fɔːr]
Cornbread , 4
玉米面包 , 4

玉米面包，4

[kɔːn] ['pʊdɪŋ] , -
Corn Pudding , 27
玉米 布丁 , -

玉米布丁，27

[kriːm] ['hɔːsrædɪʃ] [sɔːs] , -
Cream Horseradish Sauce , 24
奶油 辣根 酱 , -

奶油辣根酱，24

['kʌri] [bɔːlz] , -
Curry Balls , 27
咖喱 球 , -

咖喱球，27

['dʌmplɪŋz] , -
Dumplings , 29
饺子 , -

饺子，29

['ɪŋglɪʃ] ['wɔːlnʌt] ['pʊdɪŋ] , [faɪv]
English Walnut Pudding , 5
英语 核桃 布丁 , 5

英式核桃布丁，5

['faɪələs] ['kʊkə(r)] , [ðə; ði] ['præktɪkl] ['væljuː][ænd; ənd][juːz][ɒv; əv] , - - -
Fireless Cooker , The Practical Value and Use of , 15 - 21
无火 炊具 , 这 实际的 价值 和 使用 的 , - - -

无火炊具：实用价值与用途，15-21

['dʒɪndʒə(r)] [bred] , [sɪks]
Ginger Bread , 6
姜 面包 , 6

姜饼，6

[haʊs] - ['kliːnɪŋ] [hɪnts] , [naɪn]
House - Cleaning Hints , 9
房子 - 打扫 提示 , 9

家务清洁小贴士，9条

[haʊs] - [plɑːnt] [sə'dʒestʃənz] , -
House - Plant Suggestions , 11
房子 - 植物 建议 , -

室内植物推荐，11

[haʊ] [tuː; tə] [juːz] [ðə; ði] [tʃiːpə] [kʌts] [ɒv; əv] [miːt] , - - -
How to Use the Cheaper Cuts of Meat , 12 - 14
如何 到 使用 这 更便宜 削减 的 肉 , - - -

如何使用价格较低的肉块，12-14

[ˌɪlə'streɪʃ(ə)n] ['ʃəʊɪŋ] ['stændəd] [kʌts] [ɒv; əv] [biːf] , -
Illustration showing Standard Cuts of Beef , 14
插图 显示 标准 削减 的 牛肉 , -

图示牛肉的标准切割方式，14

['lɔːndri] [helps] , -
Laundry Helps , 10
洗衣店 帮助 , -

洗衣小帮手，10

['lemən] [paɪ] , [fɔːr]
Lemon Pie , 4
柠檬 馅饼 , 4

柠檬派，4

['lɪt(ə)l] [biːf] [keɪks] , -
Little Beef Cakes , 26
小的 牛肉 蛋糕 , -

小牛肉饼，26

[ləʊf] [fɪg] [keɪk] , [θriː]
Loaf Fig Cake , 3
面包 如图 蛋糕 , 3

无花果蛋糕，3

['əʊtmiːl] ['krækəz] , [faɪv]
Oatmeal Crackers , 5
麦片 饼干 , 5

燕麦饼干，5块

[ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒəˈriːn] , [swɪfts] [ˈpriːmiəm] , [fʊt] [nəʊts]
Oleomargarine , Swift's Premium , Foot Notes
人造黄油 ，斯威夫特的 优质的 ， 脚 笔记

人造黄油，Swift's Premium，脚注

[ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒəˈriːn] , [ðə; ði] [truːθ] [əˈbaʊt] , [ˌtuːˈtuː]
Oleomargarine , The Truth About , 2
人造黄油 ， 这 真相 关于 ， 2

人造黄油的真相，2

[pəˈnəjtʃi] , [faɪv]
Penoche , 5
佩诺切 ， 5

佩诺什，5

[ˈrenəˌveɪtɪŋ] [səˈdʒestʃənz] , [eit]
Renovating Suggestions , 8
翻新 建议 ， 8

装修建议，第 8 条

[ˈresəpɪz] , [θriː] - [sɪks] , - - -
Recipes , 3 - 6 , 22 - 29
食谱 ， 3 - 6 ， - - -

食谱，第3-6页，第22-29页

[ˈsmʌðə] [biːf] [wɪð] [kɔːn] [ˈpʊdɪŋ] , -
Smothered Beef with Corn Pudding , 27
窒息 牛肉 和 玉米 布丁 ， -

玉米布丁炖牛肉，27

[ˈspæniʃ] [mɪnst] [biːf] , -
Spanish Minced Beef , 23
西班牙语 剁碎 牛肉 ， -

西班牙碎牛肉，23

[steɪk] [ɪn] [ˈkæsərəʊl] , -
Steak en Casserole , 25
牛排 英文 沙锅 ， -

炖牛排，25

[ˈʃʊgə(r)] [ˈkʊkiz] , [fɔːr]
Sugar Cookies , 4
糖 曲奇饼 ， 4

糖饼干，4块

[ˈtaɪmteɪb(ə)l] ([ˈbeɪkɪŋ] , [ˈbɔɪlɪŋ] , [ˈfraɪɪŋ]) , -
Timetables (Baking , Boiling , Frying) , 30
时间表 （ 烘烤 ， 沸腾 ， 煎炸 ） ， -

时间表（烘焙、水煮、油炸），30

[təˈmɑːtəʊ] [sɔːs] , -
Tomato Sauce , 23
番茄 酱 ， -

番茄酱，23

[truːθ] [əˈbaʊt] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒəˈriːn] , [ˌtuːˈtuː]
Truth about Oleomargarine , 2
真相 关于 人造黄油 ， 2

关于人造黄油的真相，2

[ðə; ði] [ˈʃɜːli] [pres]
THE SHIRLEY PRESS
这 雪莉 按

雪莉出版社

芝加哥

[-] [nəʊt] :
Transcriber's Note :
转录员的 笔记 :

转录者注:

[bəuθ] " [tuː; tə] - [deɪ] " [ænd; ənd] " [tə'deɪ] " [ə'pɪə(r)] [ɪn] [ðə; ði] [ə'rɪdʒən(ə)l] [tekst] .
Both " to - day " and " today " appear in the original text .
两个都 " 到 - 天 " 和 " 今天 " 出现 在 这 原来的 文本 .

原文中同时出现了“today”和“today”。

[ðɪs] [hæz; həz] [nɒt] [biːn] [tʃeɪndʒd] .
This has not been changed .
这 有 不是 到过 已更改 .

这一点没有改变。

[ðə; ði] ['fɒləʊɪŋ] [kə'rekʃnz] [hæv; həv] [biːn] [meɪd] [tuː; tə] [ðə; ði] [tekst] :
The following corrections have been made to the text :
这 下列的 更正 有 到过 制成 到 这 文本 :

文本已作如下更正:

[piː] . - : " ['dɑːpɪŋ] " [tuː; tə] " ['drɒpɪŋ] " (['drɒpɪŋ] [ðeə(r)] [bʌdz])
p . 11 : " dopping " to " dropping " (dropping their buds)
p . - : " 兴奋剂 " 到 " 下降 " (下降 他们的 花蕾)

第 11 页:“dopping”变为“dropping”(摘掉花蕾)

[piː] . - : " - " [tuː; tə] " ['færənhaɪt] " ([æt; ət] - [dɪ'griːz] ['færənhaɪt])
p . 21 : " Fahrenheat " to " Fahrenheit " (at 212 degrees Fahrenheit)
p . - : " - " 到 " 华氏度 " (在 - 学位 华氏度)

p。 21:“华氏温度”到“华氏温度”(212 华氏度)

[piː] . - : " [ə; eɪ] [lɑː] " [tuː; tə] " - [lɑː] " (" - [lɑː] [flæmænd] " [ænd; ənd] " - [lɑː] [məʊd] ")
p . 22 : " a la " to " à la " (" à la Flamande " and " à la mode ")
p . - : " 一个 拉 " 到 " - 拉 " (" - 拉 弗拉芒德 " 和 " - 拉 模式 ")

p。 22:“a la”到“à la”(“à la Flamande”和“à la mode”)

[piː] . - : " [traɪ] " [tuː; tə] " [fraɪ] " ([fraɪ] [aʊt] [ðə; ði] [fæt])
p . 25 : " try " to " fry " (fry out the fat)
p . - : " 尝试 " 到 " 炒 " (炒 出去 这 胖的)

第25页:“尝试”“煎炸”(煎出脂肪)

[piː] . - : ['mɪsɪŋ] [kləʊz] ['brækɪt] ['ædɪd] (['bəʊni] [end] ['ʃəʊldə(r)] (-) [ɔː(r)] ['veɪni] [piːs])
p . 29 : missing close bracket added (Bony End Shoulder (10) or Veiny Piece)
p . - : 丢失的 关闭 括号 额外 (骨质 结尾 肩膀 (-) 或者 静脉 片)

第 29 页:添加了缺失的右括号(骨性肩部末端 (10) 或静脉状碎片)

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版,享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。


听书破万卷
开口如有神